

VOL 6 - ISSUE 59 JUNE 2014

Rs. 120

HUM



Regd. No. SC-1333

# MASALA

## TV FOOD MAG

RECIPES IN ENGLISH & URDU

مصالحہ



[WWW.PAKSOCIETY.COM](http://WWW.PAKSOCIETY.COM)

مصالحہ کے شیفز کے کھانوں کی مزیدار ترکیب، دلچسپ مضامین، ٹپس اور ٹونکوں کا مجموعہ





New  
Arrival



Ready to Cook



Munch  
the  
Crunch



**Premium Crispy Fillet**



JOIN US AT

[www.facebook.com/seasonsfoods](http://www.facebook.com/seasonsfoods)



apna apna...

[www.menu.com.pk](http://www.menu.com.pk) | [comments@seasonsfoods.com.pk](mailto:comments@seasonsfoods.com.pk)





PRODUCED  
& PACKED  
IN SPAIN

# MUNDIAL OLIVE OIL

**BIG SAVING RAMADAN OFFER**

**Rs.  
200/-**  
Offer valid from  
15th June, 2014  
till stocks last

## PRODUCT USAGE



• Cooking



• Frying



• Grilling

**Up To 30% Less Consumption  
Than Other Edible Oil's**



**Net Contents: 4,400 ML (Original: 4,000 ML)**

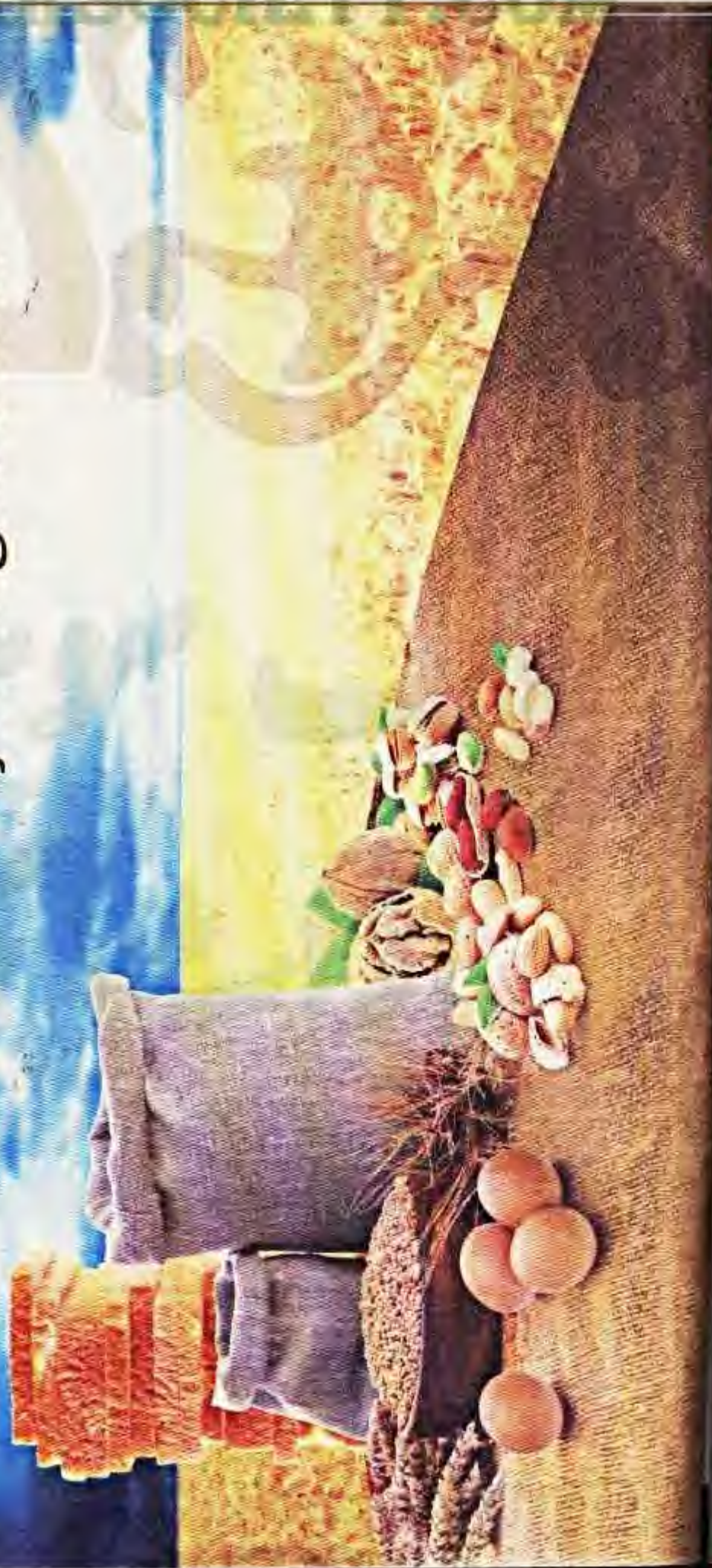


REPCOM



**BUNNY'S<sup>®</sup>**

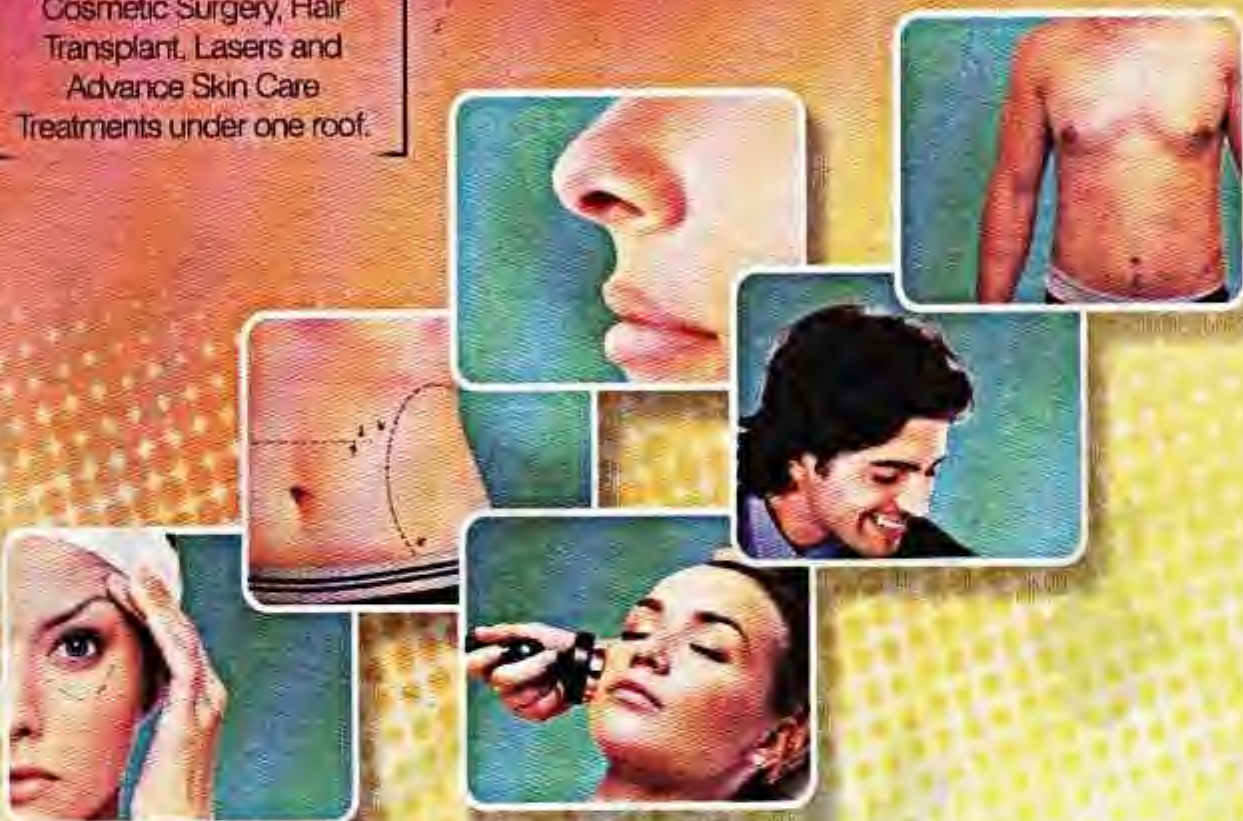
*Quality is our  
major ingredient!*





# Leading Plastic Surgeons of Pakistan

A comprehensive range of  
Cosmetic Surgery, Hair  
Transplant, Lasers and  
Advance Skin Care  
Treatments under one roof.



## Weight Loss:

- ◆ A perfect solution to weight gain and obesity.
- ◆ Weight Loss without surgery, exercise, hunger, cravings
- ◆ Even good results for people with Diabetes, High B.P, Depression, Arthritis.



# ROYAL

## COSMETIC SURGERY

ISLAMABAD - LAHORE - MIRPUR

[info@royalcosmeticsurgery.com.pk](mailto:info@royalcosmeticsurgery.com.pk)

Follow us:   





**ROYAL**  
COSMETIC SURGERY  
ISLAMABAD - LAHORE - MIRPUR



## Cosmetic Surgery:

- ◆ Face and Neck Lift
- ◆ Nose Reshaping
- ◆ Hair Transplant
- ◆ Liposuction
- ◆ Tummy Tuck
- ◆ Breast Surgery

## Laser Hair Removal:

- ◆ Laser Treatment for Hair Removal, Rejuvenation, Pigmentation
- ◆ Advance Whitening Treatments
- ◆ Dermaroller
- ◆ Filler/ Botox / Mesotherapy
- ◆ Chemical Peels
- ◆ Best treatment option for Acne & Acne Scars
- ◆ PRP for scalp hair growth and skin rejuvenation
- ◆ Hydrafacials for Skin Brightening and Rejuvenation

### Islamabad

2-B, Kohsar Road, F-7/2,  
Islamabad.

Tel: +92-51-2656492-93

Fax: +92-51-2656493

### Lahore

14-1/A F.C.C. Block Maratib  
Road, Gulberg II, Lahore.

Tel: +92-42-35778090-94

Fax: +92-42-35778099

### Mirpur

119-1/A, Sector F-2,  
Mirpur AJ&K

Tel: +92-5827-432777.

Fax: +92-5827-432778

[www.royalcosmeticsurgery.com.pk](http://www.royalcosmeticsurgery.com.pk)

Call Today +92-51-2656492



# دی ہوم ریستورنٹ

Issue No. 1

؟

کتنا پستایکائیں؟

آپ کو کتنا پستایکائیں؟ یہ تو آپ کے ذہن کا سوال ہے۔  
ہم آپ کو اس بار پستایکائیں گے۔

اپنے پاس سے حق میں ہمیں [consumers@bakeparlor.com](mailto:consumers@bakeparlor.com) پر لکھیں۔  
آپ کا سوال

BAKE  
PARLOR

سبھی کھاتے ہیں

20 GREAT RECIPES OF THE WORLD  
FROM BAKE PARLOR

ORIENTAL PARLOR

HOT N SOUR NOODLES  
SEVEN SPICE MACARONI  
CHICKEN MANCHURIAN  
CHICKEN CHOWMEIN  
CHICKEN CHILLI

AMERICAN PARLOR

RAJUN SPAGHETTI  
TJANTA SPAGHETTI

INDIAN PARLOR

TIKKA MACARONI  
MAY 'B' QUE MACARONI

RUSSIAN PARLOR

SHASHLIK MACARONI

DESI PARLOR

MEAT BALL SPAGHETTI  
BALTI MACARONI  
BIRYANI MACARONI  
ACHARI MACARONI  
JALFREZI MACARONI

ITALIAN PARLOR

CHICKEN LASAGNE

SNACK PARLOR

SAMOSA MACARONI  
CHAT MACARONI  
AFGHANI AASH MACARONI  
PASTA KABAB



[www.bakeparlor.com](http://www.bakeparlor.com)

## اچاری میکرونی

۳۔ اب اس میں پیکن اور اچاری مصالحہ کا ساٹھ ڈال دیں اور مزید ایک منٹ تک فرنی کریں۔  
اسکے بعد اس میں ایک کپ پانی ڈال کر بال آئے تک پکائیں۔ اسکے بعد مزید 5 منٹ تک پکائیں۔

۴۔ اب اس میں دی لہو ہری مرچ ڈال کر 5 منٹ تک تیز آگ پر پکائیں۔ اسکے بعد اس کو اتار کر گرم پاستا کے ساتھ پیش کریں۔

نوٹ: بکرے کے گوشت کے ساتھ 3 کپ پانی ڈال کر 40 منٹ تک یا گوشت کے گھسنے تک پکائیں۔ (اسٹیپ نمبر 3)



20  
Recipes

### شاپنگ لسٹ

- ۳۰۰ گرام پیکن بغیر پانی کا
- 01 پیڈی
- 01 کھانے کا مچھ
- 01 کھانے کا مچھ
- 1 کپ
- 08 کھانے کے مچھ
- 04
- 01 کھانے کا مچھ
- 01 پیٹ

۱۔ ایک پارلر میکرونی کو ٹھنڈے پانی میں پانچ سے سات منٹ تک اتنا ابالیں کہ اس میں ایک کئی رہ جائے۔ پچھلی سے گرم پانی گرا کر ٹھنڈا پانی گرا دیں اور ایک کھانے کا مچھ تیل ملا کر ایک طرف رکھ دیں۔

۲۔ ایک فرانی چین میں باقی تیل ڈال کر گرم کریں پھر اس میں پیاز، لہسن اور ادرک ایک ساتھ ڈال کر ایک منٹ تک فرانی کریں۔

### موسم کے مزے

موسم گرما کا سب سے معمولی تھنڈا مچھلوں کا بادشاہ، یہ بہترین دلاسین اور مضر لوز کا خزانہ بھی ہے۔ پیش سے موسم کے اس مچھلوں کا مزہ ڈالنے کی ایک نئی ترکیب۔  
پیکن اور پاستا کریمی جیکو ساس کے ساتھ۔ ایک بڑے برتن میں لٹک ملا پانی ابال کر ایک کپ چینی پاستا ابال لیں۔ آدھا کپ ایلو ہوئی پیکن فرانی چین میں تھوڑے سے آئل میں لیں، ایک لہسن، ایک ہری پیاز اور ایک آم کو فرانی چین میں پکھن کریں۔ 5 منٹ پکا کر لہا ہوا پاستا اور پاؤ کپ بالائی ملا لیں۔ ٹھنڈا ہونے کے بعد بڑے ساٹھ لائن پیش کریں۔







# CONTENTS

# MASALA

## TV FOOD MAG



51

Chaska Pakanay Ka

چسکا پکانے کا

18

Masala City News

شہر شہر کی خبریں

مکتبہ میں ہونے والی نمایاں تقریبات کی خبریں اور تصاویر پر مبنی سلسلہ

57

Tarka

ترکا

23

Masala Article

آخری دستور ان جاننے سے گریز کیوں؟

تھوڑی سی مضمون بندی کے لیے آپ کا ہے بلا ہے دستور ان کے کھانوں کا مطلب اٹھانے ہیں

63

Chef At Home

شیف ایٹ ہوم

25

Dawat

دعوت

69

Food Diaries

فوڈ ڈائریز

31

Handi

ہانڈی

75

Lively Weekends

لایو ویلیک اینڈز

37

Live@9

لایو ایٹ نائن

81

Masala Ingredient

چھوٹی سی اجوائن بے شمار فوائد

کھانوں کو 13 اقدار بنانے کے ساتھ اجوائن کھانا ہضم کر کے بھوک بڑھاتی ہے

43

Masala Mornings

مصالحہ مارنگز

89

Masala Totkay

ٹوٹکے



# Adam's<sup>®</sup>

*For Healthy Life!*

Since its inception, Adam Milk Foods bring the best, natural and healthy life for their esteemed customers. Adam Milk Foods now introducing the **Adams Premium Milk** & **Adams Skimmed Milk** with natural & healthy concept.

Unlike the control sheds, Our farms have best animals where they graze freely & peacefully for hours and hours. Secretly they are making something not a factory can produce. Something which is a source of natural nutrition. It is very special filled with the stuff that our body needs.

*Fresh from the selected farms daily*





## محترم قارئین السلام علیکم!

مٹی اور جہن کے مینے نہ صرف وزیر اور وزارت خزانہ کے لئے بلکہ عام عوام کے لئے بھی بڑے نقصان ہوتے ہیں کیونکہ جن میں اگلے مالی سال کا بجٹ پیش کیا جاتا ہے۔ پاکستان اس وقت اقتصادی اعتبار سے انتہائی مشکلات کا شکار ہے۔ ایسے پس منظر میں آنے والے بجٹ سے کسی بہتری کی امید رکھنا عبث ہے۔ اس بار وزارت خزانہ اعتراض کر رہے ہیں کہ خطے کے دیگر ممالک کی نسبت پاکستان میں مہنگائی کی شرح زیادہ ہے۔ انہوں نے مہنگائی کے ذیل میں سرکاری ملازمین اور پختروں کی تنخواہوں اور پنشنوں میں اضافے کے لئے پہلے معذوری ظاہر کی مگر اس کے رد عمل کے بعد 10 فیصد اضافہ کریں گے اب دیکھنا ہے کہ کتنا اضافہ ہوتا ہے۔ ایک جانب حکومتی سطح پر چلنے والے یہ مباحثے ہیں تو دوسری جانب بجٹ سے ایک ماہ پہلے ہی ذخیرہ اندوز مالیا حرکت میں آ گیا ہے مختلف اشیاء کی قلت پیدا کر کے مجسٹروں کو فروخت کی جارہی ہیں۔ بجٹ سے ایک ماہ پہلے ہی منافع خوروں نے کھانے پینے کی مختلف اشیاء مارکیٹ سے غائب کر دی ہیں اشیاء کی مصنوعی قلت پیدا کر کے 15 سے 20 فی صد زائد قیمتیں وصول کی جارہی ہیں۔ پرچون فروشوں کا کہنا ہے کہ ریفریجریٹریں نہیں دے رہے جو چیزیں مل رہی ہیں ان کی قیمتیں زیادہ ہیں۔ منافع خوروں نے سبھی تیل، چینی، دالیں اور مصالحات بلیک مارکیٹنگ کے لئے اسٹاک کر لئے ہیں جس کی وجہ سے صارفین بجٹ سے پہلے ہی مالی مشکلات میں گرفتار ہو چکے ہیں۔ ذمہ داران کو اس اہم مسئلے کی جانب فوری توجہ دینی چاہئے۔

مہنگائی کی بڑھتی ہوئی شرح نے عوام کا جینا دو بھر کر رکھا ہے۔ مالی مشکلات سے پریشان حال عوام کی خود کشیوں اور بچوں کو فروخت کرنے جیسی خبریں میڈیا کا حصہ بنتی رہتی ہیں ایسے میں مزید مہنگائی کا خیال ان کے لئے سوہان روح ہی ثابت ہو سکتا ہے 'تکثر انوں کو اس صحیح حقیقت کو نظر میں رکھتے ہوئے عوام کے مستقبل کے لئے فیصلے کرنے چاہئے۔

حکومتی سطح پر ایسی منصوبہ سازی کی ضرورت ہے جن کی بدولت ملک خود کفالت کی جانب گامزن ہو۔ نئی صنعتوں کا قیام ترقی کا ضامن ہو سکتا ہے۔ حکومت کو چاہئے کہ بڑے اور چھوٹے پیمانے پر عوام کو صنعت کاری کی جانب مائل کرنے کے ساتھ انہیں کاروبار کے لئے مواقع اور سہولیات فراہم کریں۔ پاکستان ایک زرعی ملک ہے جہاں کی مٹی سونا نکلتی ہے زراعت کے شعبے پر خصوصی توجہ دینے سے بہت سے مسائل حل ہوتے نظر آتے ہیں بس ضرورت ہے توجہ دینے کی۔

شہناز رمزی



چیف ایڈیٹر۔ سلطنت صدیقی، ایڈیٹر۔ شہناز رمزی، جاسٹ ایڈیٹر۔ شازیہ انوار

سیکرٹری ایڈیٹور۔ سید فیمل احمد، ڈیزائنر۔ یوسف رضوی، مکاش۔ حارث عثمانی، احسن قریشی، ایڈورٹائزنگ سکٹر۔ منور حسین بھٹی munawar.h@masalatv.tv - فون: 03333222353

ڈسٹری بیوٹر۔ رہبر نیوز اینجینئری 0333 218 8390 پرنٹر۔ یونی پرنٹ

ہم نیٹ ورک لیمیٹڈ

10/11 جمن علی اسٹریٹ، بلاک ٹی آئی چند گھر، کراچی۔ 74000 پاکستان۔ ایف۔ 111-488-111 (کراچی) فکس: 92-21-32628640

جری معلومات کے لئے: shanaz.ramzi@hum.tv آن لائن فریڈمی کے لئے: http://www.masala.tv/masalamag/



# پاک سوسائٹی ڈاٹ کام کی پیشکش

## یہ شمارہ پاک سوسائٹی ڈاٹ کام نے پیش کیا ہے

### ہم خاص کیوں لکھیں :-

- ✧ ہائی کوالٹی پی ڈی ایف فائلز
- ✧ ہر ای بک آن لائن پڑھنے کی سہولت
- ✧ ماہانہ ڈائجسٹ کی تین مختلف سائزوں میں اپلوڈنگ
- ✧ سیریم کوالٹی، نارمل کوالٹی، کمپریسڈ کوالٹی
- ✧ عمران سیریز از مظہر کلیم اور ابن صفی کی مکمل ریچ
- ✧ ایڈفری لنکس، لنکس کو میسج کمانے کے لئے شرنک نہیں کیا جاتا
- ✧ ہر ای بک کا ڈائریکٹ اور ریڈیو م ایبل لنک
- ✧ ڈاؤنلوڈنگ سے پہلے ای بک کا پرنٹ پریویو
- ✧ ہر پوسٹ کے ساتھ پہلے سے موجود مواد کی چیکنگ اور اچھے پرنٹ کے ساتھ تبدیلی
- ✧ مشہور مصنفین کی کتب کی مکمل ریچ
- ✧ ہر کتاب کا الگ سیکشن
- ✧ ویب سائٹ کی آسان براؤزنگ
- ✧ سائٹ پر کوئی بھی لنک ڈیڈ نہیں

**We Are Anti Waiting WebSite**

واحد ویب سائٹ جہاں ہر کتاب ٹورنٹ سے بھی ڈاؤنلوڈ کی جاسکتی ہے

➡ ڈاؤنلوڈنگ کے بعد پوسٹ پر تبصرہ ضرور کریں

➡ ڈاؤنلوڈنگ کے لئے کہیں اور جانے کی ضرورت نہیں ہماری سائٹ پر آئیں اور ایک کلک سے کتاب ڈاؤنلوڈ کریں

اپنے دوست احباب کو ویب سائٹ کا لنک دیکر متعارف کرائیں

# WWW.PAKSOCIETY.COM

Online Library For Pakistan



Like us on  
Facebook

[fb.com/paksociety](http://fb.com/paksociety)



[twitter.com/paksociety1](http://twitter.com/paksociety1)



# شہر شہر کی خبریں

ملک بھر میں ہونے والی نمایاں تقریبات کی خبروں اور قصا ویر پر مبنی سلسلہ

## حورم بیوٹی کیسل کی افتتاحی تقریب

گزشتہ دنوں راولپنڈی کے معروف ترین علاقے سٹلائٹ ٹاؤن میں حورم بیوٹی کیسل کا افتتاح عمل میں آیا۔ اس تقریب میں شہر کی مشہور و معروف سماجی و سیاسی شخصیات نے کثیر تعداد میں شرکت کی۔ شرکاء کی تواضع کے لئے پُرکھف عشا نے کا اہتمام کیا گیا تھا۔



## موون پک ہوٹل میں ہائی ٹی کا آغاز

گزشتہ دنوں موون پک ہوٹل کراچی میں ہائی ٹی کا آغاز کیا گیا۔ اس موقع پر منعقدہ تقریب میں محترمین شہر کی بڑی تعداد شریک ہوئی۔ جنرل منٹو موون پک ہوٹل کراچی مرزا منصور احمد اور معروف ٹی وی اداکار حسن احمد نے رین کات کر ہائی ٹی کا افتتاح کیا۔ اس موقع پر مرزا منصور احمد نے تفصیلات سے آگاہ کرتے ہوئے کہا کہ موون پک آئے والے صارفین شام 4 بجے سے 6:30 تک ہائی ٹی سے مستفید ہو سکیں گے جہاں اسپانسی چکن ونگز، بیف سائے، فرائیز، فکرفرش مشامی کباب، چکن بوٹی، معلیم سیٹل و چوز، میٹلر برز، موسا چائے اور کافی سمیت کئی مزید اراشیاہ دستیاب ہیں۔ تقریب کے شرکاء کو ہائی ٹی سے لطف اندوز ہونے کا موقع فراہم کیا گیا۔











# کہانی رائے اور منال

Every Tuesday at 9:10 p.m.

پیشکش: مشروم پروڈکشنز | تحریر: فائزہ افتخار | ہدایت کار: منیم برنی  
اداکار: سہیل، مہرین سید، شہروز بنواری، واسع چوہدری، احمد علی بٹ



[/humtvpakistan](https://www.facebook.com/humtvpakistan) [/humnetwork](https://www.youtube.com/humnetwork) [www.hum.tv](http://www.hum.tv)



# سائنس اور صحت

جدید سائنسی تحقیقات کے نتیجے میں سامنے آنے والی رپورٹ اور خبروں پر مشتمل سلسلہ

## مالٹا سرطان سے بچاؤ میں معاون

برطانوی ماہرین کی جانب سے کی گئی ایک جدید تحقیق کے مطابق مالٹے نہ صرف بہت سی بیماریوں سے بچاؤ میں معاون ثابت ہوتے ہیں بلکہ مالٹے کا جوس یا پھل کے روزانہ استعمال سے سرطان جیسے مہلک مرض سے بچایا جاسکتا ہے۔ اس میں انٹینی آکسیڈنٹ بھی وافر مقدار میں موجود ہوتے ہیں۔ یہ سرطان کے مریضوں کے لئے کیموتھراپی کا کام انجام دے سکتا ہے تاہم اس کا روزانہ استعمال کر کے صحت مند زندگی گزارنی جاسکتی ہے۔

## موٹاپا بیماریوں کی جڑ

موٹاپے کا قلع کرنے والے افراد کا موٹاپا یہ موقف رہا ہے کہ اگر مومے افراد کو دل کا کوئی مرض لاحق نہیں تو آپ صحت مند ہیں لیکن ایک تازہ تحقیق سے یہ ثابت ہوا ہے کہ یہ بات درست نہیں ہے۔ کوئی بھی موٹا شخص صحت مند نہیں ہو سکتا۔ موٹاپے پر صورت بیماری کی علامت ہے۔ تحقیق کے مطابق موٹاپے کی نمایاں بیماریوں میں دل کی بیماریاں نمایاں ہیں اور یہ خیال غلط ہے کہ اگر آپ کو دل کی بیماری نہیں تو آپ کا موٹاپا صحت مند ہے کیونکہ ایسی صورت میں بلقینا آپ کی خون کی نالیوں میں ایسے مادے جمع ہو رہے ہیں جو بعد میں دل کی بیماریوں کا باعث بنیں گے۔ طبی ماہرین کے مطابق مومے افراد کو چاہئے کہ ہر وقت اپنی خوراک اور ورزش پر توجہ دیں تاکہ مستقبل میں دل کی بیماریوں سے بچا جاسکے۔

## بچوں کو ماں کا دودھ ضرور پلاؤ

گزشتہ وقت کے ساتھ خیالات و نظریات بدلتے رہتے ہیں۔ ایک وقت تھا کہ بچوں کے لئے ماں کے دودھ کو افضل ترین غذا سمجھا جاتا تھا لیکن آج ڈبے کا مصنوعی دودھ بچوں کو پلانا فیشن بن چکا ہے۔ جدید سائنس نے ثابت کر دیا ہے کہ بچوں کو ماں کا دودھ نہ پلانا ان کی صحت کے لئے خطرے کا باعث بن سکتا ہے۔ تحقیق کے مطابق ماں کا دودھ پینے والے بچے کئی بیماریوں سے محفوظ رہتے ہیں۔ ماں کا دودھ باقاعدگی سے پینے والے بچوں میں 3 سال کی عمر تک بچپن کے دوران دماغ کا مرض لاحق ہونے کا خطرہ 37 فیصد کم ہو جاتا ہے۔ اس تحقیق میں 30 سال کے دوران پیش کئے گئے 117 سائنسی مقالوں کا جائزہ لیا گیا جن میں تقریباً 1 ملین بچوں میں ماں کا دودھ پینے اور دوسرے کے مریض سے بچاؤ کے درمیان تعلق کا مطالعہ کیا گیا تھا۔ تحقیق سے یہ بھی معلوم ہوا کہ ماں کا دودھ پینے والے بچے جب 7 سال یا اس سے زائد عمر کے ہو جائیں تب بھی ان میں دسے کا شکار ہونے کا خطرہ دوسرے بچوں کی نسبت 17 فیصد کم ہوتا ہے۔ ■





اگر وہاں تک جائے



اگر وہاں تک نہ سہل جائے



تخلی کی بجائے

پہر ایشیاء فینز جدید ترین ٹیکنالوجی اور اعلیٰ ترین الیکٹریکل سلیکون سٹیل شیٹ سے بین الاقوامی معیار کے مطابق تیار کئے جاتے ہیں۔ جس سے ملے آپ کو بجلی کی بچت کے ساتھ ساتھ زبردست ہوا جبکہ آواز بے حد کم۔

**SUPER asia**

**FANS**

**اعتبار بہر نسل کا...**



# آخر ریسٹوران جانے سے گریز کیوں؟

تھوڑی سی منصوبہ بندی کے ذریعے آپ گاہے بگاہے ریسٹورانوں کے کھانوں کا لطف اٹھا سکتے ہیں

بہت سے لوگ ریسٹورانوں میں جانے سے محض اس لئے گریز نظر آتے ہیں کہ ریسٹورانوں کے کھانے ان کے وزن میں اضافے کا سبب بنتے ہیں جب کہ اگر آپ تھوڑی سی منصوبہ بندی کے ساتھ کھانے کا انتخاب کریں تو ریسٹوران کے کھانے بھی آپ کا کچھ نہیں بگاڑ سکتے۔

ہلکا کھانوں کا انتخاب کرتے وقت تلے ہوئے کھانوں کی جگہ بھاپ یا بخور میں پکے ہوئے کھانوں کو ترجیح دیں۔

ہلکا کھانے کے کم از کم ایک گھنٹے بعد پانی 'کم پیکٹائی والے' دودھ 'چینی سے پاک' مشروبات صاف چائے 'جزئی بوٹیوں والی چائے یا بغیر دودھ کے کافی' طلب کریں۔

ہلکا کھانا آہستہ آہستہ کھائیں اس وقت کھانا کھانا روک دیں جب آپ کو کھانے کی تھوڑی سی طلب محسوس ہو۔ یاد رہے کہ آپ کے دماغ کو یہ احساس ہونے میں تقریباً 20 منٹ لگتے ہیں کہ آپ کا پیٹ بھرا ہوا ہے۔ کھانوں کے درمیان تھوڑا تھوڑا کھانے سے بچنے کے لئے پانی پئیں۔ ■

ہلکا اپنے آرڈر کے ہمراہ آلو کے تھے ہوئے قلوں کے بجائے زائد سبز یوں کی درخواست کریں۔

ہلکا پیکٹائی کی مقدار پر قابو پانے کے لئے اپنے آرڈر میں اضافی سلاوی کی ڈریسنگ 'ٹماٹو' اور ساس کی درخواست نہ کریں جب کہ ابل روٹی 'ہن اور کھن کھانے سے بھی اجتناب کریں۔

ہلکا ریسٹوران میں اثاث سے تیار روٹی اور ابل روٹی 'پاسا' کو 'کوس کوس' سالڈ کم چربی والے گوشت 'بغیر جلد والی مرغی' 'ٹوفو' 'سویا' سے تیار کھانے کی چیزیں 'مسور' اپنے اور لوہیا کی دال اور نظیر بالائی والے دودھ کو ترجیح دیں۔





# MITCHELL'S®

## TOMATO KETCHUP



With Mitchell's Tomato Ketchup  
کچم بھی چلے گا!

Only Mitchell's Tomato Ketchup has the original classic taste as it is made from 100% farm fresh juicy tomatoes. Mitchell's Tomato Ketchup tempts you to have anything and everything all the time.







## Sweet and Sour Chicken

## کھٹی میٹھی مرغی

### Ingredients:

Chicken pieces (boneless)	1/2 kg
Spring onion (cut small)	1
Capsicum (finely cut lengthwise)	1
Onion (finely cut lengthwise)	1
Tomato (finely cut lengthwise)	1
Egg	1
Garlic (chopped)	4 cloves
Pineapple pieces	1 cup
Black pepper powder	1/4 tsp
Refined flour	2 tbsp
HP sauce	2 tbsp
Tomato ketchup	4 tbsp
Worcestershire sauce	4 tbsp
Cornflour (made into paste with water)	6 tbsp
Salt	to taste
Oil	3 tbsp + for frying
Lettuce	for decoration

### Method:

- Mix egg, flour, 2 tbsp cornflour and pepper in chicken.
- Heat oil in a wok and fry chicken pieces golden; remove.
- In a separate wok heat oil and fry garlic golden; add remaining ingredients except cornflour and fry thoroughly.
- Add chicken and cook for few minutes; gradually add remaining cornflour and dish out when thick.
- Decorate with lettuce and serve.

### اجزاء:

2 کھانے کے چمچے	میدہ	1/4 کلو	مرغی کی بوئیاں (بغیر ہڈی)
2 کھانے کے چمچے	ایچ پی ساس	ایک عدد	ہری پیاز (چھوٹی کٹی ہوئی)
4 کھانے کے چمچے	ٹماٹو کیچپ	ایک عدد	شلہ مرغی (لسبائی میں باریک کٹی ہوئی)
4 کھانے کے چمچے	وڈسٹر ساس	ایک عدد	پیاز (لسبائی میں باریک کٹی ہوئی)
6 کھانے کے چمچے	کارن فلور (پانی میں گھلا ہوا)	ایک عدد	ٹماٹر (لسبائی میں باریک کٹا ہوا)
حسب ذائقہ	نمک	4 جوے	اندھ
3 کھانے کے چمچے +	تیل	ایک پیالی	لہسن (چوپ کئے ہوئے)
تلنے کے لئے		1/4 پائے کا چمچ	اناس کے ٹکڑے
سجانے کے لئے	سلاو پیٹ		پلی ہوئی کالی مرغی

### ترکیب:

مرغی پر اندھ و میدہ 2 کھانے کے چمچے کارن فلور اور کالی مرغی لگا لیں۔ کڑا ہی میں تیل گرم کریں اور مرغی کی بوئیاں سنہری تھل کر نکال لیں۔ ٹیکہ و کڑا ہی میں تیل گرم کر کے لہسن سنہری کریں اس میں علاوہ کارن فلور باقی اجزاء ڈال کر خوب اچھی طرح سے بھجیئیں پھر مرغی کی بوئیاں ڈال کر چند منٹ تک پکائیں۔ اس میں تھوڑا تھوڑا کر کے باقی کارن فلور شامل کریں اور گاڑھا ہونے پر ڈش میں نکال لیں۔ مزید اور مرغی سلاو پیٹ سے سجھا کر پیش کریں۔





**dawat**  
دعوت



## Vegetable Masala

سبزی مصالحہ

### Ingredients:

Cauliflower flowers	1 cup
Apple gourd, potatoes (cubed small)	2 each
Ribbed gourd, carrot (cut small)	1 each
Tomatoes (chopped)	4
Onion (finely cut)	1
Ginger/garlic paste	2 tbsp
Fresh coriander (finely cut)	¼ bunch
Green chillies (finely cut)	5
Ginger (finely cut)	1 medium piece
Yogurt (whipped)	125 grams
Red chillies (crushed)	1 tbsp
Turmeric powder, cumin powder	1 tsp each
Coriander powder, hot spices powder	1 tsp each
Water	½ cup
Salt	to taste
Oil	¼ cup
Fresh coriander, ginger (finely cut)	for sprinkling

### Method:

- Heat oil in a wok and fry garlic/ginger golden.
- Add yogurt, red chillies, turmeric, cumin, hot spices, coriander and salt and mix thoroughly.
- Add all ingredients including vegetables and cook till tender.
- Fry and dish out; sprinkle ginger and fresh coriander on top and serve.

اجزاء:

پھول گوہمی کے پھول	ایک پیالی
ٹینڈے آلو	2، 2 عدد
(پھولے چکور کئے ہوئے)	2، 2 عدد
ٹرٹی گاجر (چھوٹی کٹی ہوئی)	ایک ایک عدد
لٹائر (چھپ کئے ہوئے)	4 عدد
پیاز (باریک کٹی ہوئی)	ایک عدد
پسا ہوا ہسن اورنگ	2 کھانے کے چمچے
ہرا دھنیا (باریک کٹا ہوا)	½ گلدی
ہری مرچیں (باریک کٹی ہوئی)	5 عدد
اورنگ (باریک کٹا ہوا)	ایک درمیانہ ٹکڑا

ترکیب:

کڑا ہی میں تیل گرم کر کے ہسن اورنگ سنہری کریں اس میں دہی لال مرچ، بلدی، زیرہ، گرم مصالحہ، دھنیا اور ٹنگ ڈال کر اچھی طرح سے ملائیں۔ اس میں سبزیوں سمیت باقی تمام اجزاء ڈال کر سبزیوں کو گھنے تک پھینچیں پھر ہسون کر دھن میں نکال لیں۔ اسے اورنگ اور ہرا دھنیا چھڑک کر پیش کریں۔





## White Lentils

### Ingredients:

White lentils (soaked)	125 grams
Tomato (boiled)	1
Onion (finely cut)	1
Green chillies (finely cut lengthwise)	6
Ginger (finely cut)	1 medium piece
Fresh coriander (finely cut)	¼ bunch
Cumin seeds	1 tsp
Salt	to taste
Oil	½ cup

### Method:

- Par-boil lentils and strain.
- Heat oil in a pot and fry onions; remove.
- In the same pot add lentils, green chillies, tomato, cumin and salt; leave on dum.
- Dish out lentils and garnish with ginger, fresh coriander and onion; serve.

## ماش کی دال

### اجزاء:

125 گرام	ماش کی دال (بھجی ہوئی)
ایک عدد	ٹماٹر (ابلا ہوا)
ایک عدد	پیاز (باریک کٹی ہوئی)
6 عدد	ہری مرچیں (لہائی میں)
6 عدد	باریک کٹی ہوئی
	اورک (باریک کٹی ہوئی) ایک درمیانہ ٹکڑا
	ہرا دھنیا (باریک کٹا ہوا) ¼ گنڈی
	ٹماٹر سفید زیرہ ایک چائے کا چمچ
	نمک حسب ذائقہ
	تیل ½ پیالی

### ترکیب:

دال کو ایک کٹی اُبالیں اور پانی چھان لیں۔ دھنیا میں تیل گرم کریں اور پیاز تیل کر نکال لیں۔ اسی دھنیا میں دال، ہری مرچیں، ٹماٹر، زیرہ اور نمک ملا کر دم پر رکھ دیں۔ دال کو دوش میں نکالیں اسے اورک، ہرے دھنیا اور پیاز سے سجھا کر پیش کریں۔





## Onion Chops

## پیاز والی چانپیں

### Ingredients:

Mutton chops	1/2 kg
Tomatoes (finely cut)	2
Onion (finely cut)	2
Green chillies (finely cut)	5
Fresh coriander (finely cut)	1/4 bunch
Turmeric powder	1/2 tsp
Cumin powder	1/2 tsp
Cumin seeds (crushed)	1/2 tbsp
Red chillies (crushed)	2 tbsp
Ginger/garlic paste	2 tbsp
Salt	to taste
Oil	1/4 cup
Fresh coriander, lemon slices	for garnishing

کھانے کا چھچھو	1/2 کلو
2 کھانے کے چھچھو	2 عدد
2 کھانے کے چھچھو	2 عدد
حسب ذائقہ	5 عدد
1/4 پیالی	1/4 گڈی
تیل	1/2 چائے کا چھچھو
ہرا دھنیا لیموں کے قیلے سجانے کے لئے	1/2 چائے کا چھچھو
	پسا ہوا سفید زیرہ

### اجزاء:

### Method:

- Heat oil in a pot and fry garlic/ginger golden.
- Add chops, tomatoes, onions, coriander and green chillies and cook for 10 minutes.
- Add remaining ingredients and cook till tender; fry on high flame.
- Dish out; garnish with fresh coriander and lemon slices and serve.

### ترکیب:

دیکھی میں تیل گرم کر کے بسن اور کھنہری کریں۔ اس میں چانپیں، ٹماٹر، پیاز، ہرا دھنیا اور ہری مرچیں ڈال کر 10 منٹ تک پکائیں۔ اس میں باقی تمام اجزاء ڈال کر چانپیں مکھن تک پکائیں پھر آٹے تیز کر کے انہیں جھونیں اور دھن میں نکال لیں۔ مزیدار چانپیں ہرے دھنئے اور لیموں سے سجا کر پیش کریں۔





## Mince Spinach

### Ingredients:

Beef mince  
Spinach (finely cut)  
Onions (finely cut)  
Tomatoes (boiled and chopped)  
Garlic (chopped)  
Green chillies (thickly cut)  
Red chilli powder  
Salt  
Butter  
Oil  
Lettuce

250 grams  
1/2 kg  
2  
3  
3 cloves  
3  
1 tbsp  
to taste  
3 tbsp  
3 tbsp  
for decoration

### Method:

- Heat oil and butter in a wok.
- Fry onions golden; add garlic; add mince, tomatoes, red chillies and salt and fry thoroughly.
- Add spinach and green chillies and fry till dry; dish out.
- Decorate mince with lettuce and serve.

## قیمہ پاک

### اجزاء:

پکائی ہوئی لال مرچ	250 گرام	پاکے کا قیمہ
ایک کھانے کا چمچ	1/2 کلو	پالک (باریک کٹی ہوئی)
نمک	2 عدد	پیاز (باریک کٹی ہوئی)
کھن	2 عدد	لہس (اٹلے اور چوپ کئے ہوئے)
3 کھانے کے چمچے	3 جوسے	نہن (چوپ کئے ہوئے)
3 کھانے کے چمچے	3 عدد	ہری مرچیں (موٹی کٹی ہوئی)
سجھانے کے لئے		

### ترکیب:

کڑا ہی میں تیل اور کھن گرم کریں۔ اس میں پیاز ستہری کر کے نہن شامل کریں پھر قیمہ، لہس، پیاز اور نمک ملا کر اچھی طرح سے بھون لیں۔ اس میں پالک اور ہری مرچیں ملا کر پانی خشک ہوئے تک بھونیں اور ڈش میں نکال لیں۔ مزیدار قیمہ سلاو پتے سے سجادیں۔



# CHANGHONG RUBA

—Creating Easy Life—



-  **T-Climate Refrigerator:**  
Preserves freshness of food at high temperature (40°C to 60°C)
-  **Tempered Glass Shelves:**  
6 times more durable
-  **Energy Saving (A Class):**  
European Standard Certified A Class Product (low energy consumption)
-  **Rapid Cooling:**  
Super fast and effective cooling in short time
-  **Direct Cooling:**  
Accurate cooling for all food items/compartments
-  **4 STAR Freezer:**  
Maximum cooling upto 24°C in the freezer

Available in 2 Door, 4 Door and Single Door, Direct Cool and Frost Free Models.

## Sab Ke Liye Aik Smart Choice

Model:  
CHR-DD475



CHR-DD350



CHR-DD475



CHR-4FF400



CHR-4D480

[www.changhong.com.pk](http://www.changhong.com.pk)

UAN: 111-672-247

SCANNED BY FAMOUSURDONOVELS





## Dum Eddo

## دُم کی اروی

### Ingredients:

Eddo	1/2 kg
Lemon juice	2 tbsp
Green chillies (cut lengthwise)	4
Fenugreek seeds	few
Curry leaves	few leaves
Turmeric powder	1 tsp
Onion seeds	1 tsp
Cumin seeds	1 tsp
Carom seeds	1 tsp
Red chillies (crushed)	1 tbsp
Tamarind pulp	2 tbsp
Salt	to taste
Mustard oil	1 cup
Fresh coriander, green chillies (finely cut)	for sprinkling

### Method:

- Boil eddos with skin then peel.
- Mix eddos, turmeric, red chillies, carom seeds, tamarind, lemon juice, onion seeds, cumin, and salt in a bowl.
- Heat oil in a pot and fry fenugreek seeds; add eddo and curry leaves and fry for 5 minutes; leave on dum.
- Sprinkle coriander and green chillies on eddos and serve.

### اجزاء:

ارویاں	1/2 کلو
لیموں کا رس	2 کھانے کے چمچے
ہری مرچیں	4
(لمبائی میں کٹی ہوئی)	چند عدد
میتھی دانے	چند عدد
کرز می پتے	ایک چائے کا چمچ
پسی ہوئی ہلدی	ایک چائے کا چمچ
کھوئی	

ایک چائے کا چمچ	ٹماٹ سفید زیرہ
ایک چائے کا چمچ	اجوائن
ایک کھانے کا چمچ	شکئی ہوئی لال مرچ
2 کھانے کے چمچے	الہی کا گودا
حسب ذائقہ	نمک
ایک پیالی	سرسوں کا تیل
	ہر ادھیا ہری مرچیں
چھڑکنے کے لئے	(باریک کٹی ہوئی)

### ترکیب:

ارویوں کو چھلکے سمیت آبائیں پھر چھلکا اُتار دیں۔ ایک پیالے میں اروییاں ہلدی، لال مرچ، اجوائن، الہی کا گودا، لیموں کا رس، کھوئی، سفید زیرہ اور نمک ملا لیں۔ دہلی میں تیل گرم کر کے میتھی دانے بھونیں پھر اروییاں اور کرز می پتے شامل کر کے 5 منٹ تک بھونیں اور دم پر رکھ دیں۔ مزید ارادہ دی ہر ادھیا اور ہری مرچیں چھڑک کر پیش کریں۔





## Madrassi Mince

مدراسی قیر

### Ingredients:

Beef mince	1/2 kg
Yogurt (whipped)	1 cup
Onions (finely cut)	2
Cardamoms	2
Lemon juice	2 tbsp
Cloves	4
Garlic paste	6 cloves
Black cumin seeds	1 tsp
Ginger paste	1 tbsp
Desiccated coconut	1 tbsp
Red chilli powder	1 tbsp
Fresh coriander, green chillies (finely cut)	4 tbsp
Salt	to taste
Oil	1 cup

### Method:

- Grind cardamoms, cloves and black cumin in a grinder.
- Mix mince, coconut, yogurt, red chillies, ginger, garlic, ground masala and salt in a bowl and keep aside for 1 hour.
- Heat oil in a pot and fry onion; remove 1/2.
- Add mince in pot and fry for few minutes; leave on dum.
- Sprinkle coriander, green chillies, remaining onions and lemon juice on mince and serve.

ایک کھانے کا چمچ	پسی ہوئی اورک	درا کلو	گائے کا قیر
ایک کھانے کا چمچ	پسا ہوا ناریل	ایک پیالی	دہی (پھیٹی ہوئی)
ایک کھانے کا چمچ	پسی ہوئی لال مرچ	2 عدد	پیاز (پارکٹ کی ہوئی)
	ہرا دھنیا ہری مرچیں	2 عدد	بڑی الائچیاں
4 کھانے کے چمچے	(پارکٹ کی ہوئی)	2 کھانے کے چمچے	لیمونس کارس
حسب ذائقہ	نمک	4 عدد	لوتگیں
ایک پیالی	تیل	6 جڑے	پسا ہوا لہسن
		ایک چائے کا چمچ	کالا زیرہ

### ترکیب:

الائچیاں، لوتگیں اور کالے زیرے کو گرائنڈر میں پیس لیں۔ ایک پیالے میں قیر، ناریل، دہی، لال مرچ، اورک، لہسن، پسا ہوا مصالحہ اور نمک ملا کر ایک گھنٹے کے لئے رکھ دیں۔ دہی میں تیل گرم کر دیں اور پیاز لگ کر ڈالا نکال دیں۔ دہی میں قیر ڈال کر چند منٹ تک بھجھیں۔ پھر دسم پر رکھ دیں۔ مزید ار قیر ہرا دھنیا، ہری مرچیں، باقی پیاز اور لیمونس کارس ڈال کر پیش کریں۔





## Vegetables and Garlic Chicken

## سبزی اور لہسن والی مرغی

### Ingredients:

Chicken pieces (boneless)	1/2 kg
Carrot (cut into rounds)	1
Green chillies (cut finely lengthwise)	6
Capsicum (cut into cubes)	1
Garlic (chopped)	6 cloves
Soya sauce	1 tbsp
White vinegar	1 tbsp
Black pepper powder	1 tsp
* Chicken cube flour	1 1/2 tbsp
Brown sugar	1 tsp
Salt	to taste
Oil	1/2 cup + 3 tbsp

### Method:

- Heat 1/2 cup oil in a wok and fry garlic golden; add chicken and salt and cook with lid on till chicken changes colour.
- Heat remaining oil in a frying pan; add capsicum, carrot, green chillies, soya sauce, vinegar, pepper and salt and cook for few minutes.
- Add to wok and mix chicken cube flour and brown sugar. Cook with lid on for few minutes and dish out.
- To make chicken cube flour, mix 2 1/2 cups refined flour with 10 packets of chicken cubes and mix with fingers. Refrigerate and use as required.

### اجزاء

سفیہ سرکہ	ایک کھانے کا چمچ
لہسن کی بونیاں (بغیر ہڈی)	1/2 کلو
پسی ہوئی کالی مرچ	ایک چائے کا چمچ
ہٹا چکن کیوب والا میدہ	1 1/2 کھانے کے چمچ
برادون چینی	ایک چائے کا چمچ
نمک	حسب ذائقہ
تیل	1/2 پیالی + 3 کھانے کے چمچ
مرغی کی بونیاں (بغیر ہڈی)	1/2 کلو
کاجر (کولٹی ہوئی)	ایک عدد
ہری مرچیں	6
(لہائی میں باریک کٹی ہوئی)	6 عدد
شملہ مرچ (چوڑی کٹی ہوئی)	ایک عدد
لہسن (چوپ کئے ہوئے)	6 جوئے
سویا ساس	ایک کھانے کا چمچ

### ترکیب

کڑا ہنی میں 1/2 پیالی تیل گرم کر کے لہسن سنہری کریں۔ اس میں مرغی اور نمک شامل کریں اور ڈھکن ڈھا تک مرغی کا رنگ تبدیل ہونے تک پکائیں۔ فرائنگنگ چین میں باقی تیل گرم کریں۔ اس میں شملہ مرچ، کاجر، ہری مرچیں، سویا ساس، سرکہ، کالی مرچ اور نمک ملا کر چند منٹ تک پکائیں۔ اسے کڑائی میں ڈالیں، پھر چکن کیوب والا میدہ اور برادون چینی ملائیں۔ اسے ڈھکن ڈھا تک کر چند منٹ تک پکا کر ڈش میں نکال لیں۔

ہٹا چکن کیوب والا میدہ بنانے کے لئے 2 1/2 پیالی میدہ سے 10 پکٹ چکن کیوب شامل کریں اور ہاتھوں سے مسل کر یکساں کر لیں۔ اس آمیزے کو ہٹا کر فریج میں رکھ لیں اور حسب ضرورت استعمال کریں۔





## Mutton Beetroot

## چندر گوشت

### Ingredients:

Mutton	½ kg
Beetroot (peeled and cubed)	½ kg
Yogurt (whipped)	1 cup
Red chilli powder	1 tbsp
Turmeric powder	1 tsp
Ginger/garlic paste	1 tbsp
Sugar	1 tsp
Black peppercorns	6
Lemon juice	2 tbsp
Green chillies (finely cut)	4
Onions (finely cut)	2
Salt	to taste
Oil	1 cup + 2 tbsp
Fresh coriander, green chillies (finely cut)	for sprinkling

### Method:

- Heat 2 tbsp oil in a frying pan and sauté beetroots; remove.
- Heat oil in a pot and fry onions golden; add mutton, ginger/garlic and salt and cook till dry.
- Add red chillies, turmeric and pepper and fry. Add water and cook till mutton is tender.
- Add beetroots, yogurt, sugar and green chillies and fry.
- Leave on dum.
- Add lemon juice and sprinkle coriander and green chillies; serve.

6 عدد	ثابت کالی مرغیں	½ کلو	بکرے کا گوشت
2 کھانے کے چمچے	لیبوں کا رس	چندر (چھلے اور	چندر کے ہونے)
4 عدد	ہری مرغیں (باریک کٹی ہوئی)	½ کلو	دہی (پھنٹی ہوئی)
2 عدد	پیاز (باریک کٹی ہوئی)	ایک پیالی	پسی ہوئی لال مرچ
حسب ذائقہ	نمک	ایک کھانے کا چمچ	پسی ہوئی ہلدی
ایک پیالی +	تیل	ایک چائے کا چمچ	پسا ہوا آسن اور ک
2 کھانے کے چمچے	برادھیا ہری مرغیں	ایک کھانے کا چمچ	چٹنی
چھڑکنے کے لئے	(باریک کٹی ہوئی)	ایک چائے کا چمچ	

### تک

فرمانگ چن میں 2 کھانے کے چمچے تیل گرم کریں اور چندر بھگے سے تلی کر نکال لیں۔ دہی میں تیل گرم کر کے پیاز سنبری کریں۔ اس میں گوشت، آسن اور ک ڈال کر پانی خشک ہونے تک پکائیں۔ اس میں لال مرچ، ہلدی اور کالی مرغیں ڈال کر بھونیں پھر پانی شامل کر کے گوشت بھگے تک پکائیں۔ اس میں چندر دہی، چٹنی اور ہری مرغیں ڈال کر بھونیں اور دم پر رکھ دیں۔ اس میں لیبوں کا رس، پھر برادھیا اور ہری مرغیں چھڑک کر پیش کریں۔





## Potato and Tomato Lentils

## آلو ٹماٹر کی دال

### Ingredients:

Potatoes	4
Tomatoes	½ kg
Curry leaves	few leaves
Green chillies	4
Tamarind pulp	½ cup
Turmeric powder	1 tsp
Onion seeds	1 tsp
Red chilli powder	1 tbsp
Ginger/garlic paste	1 tbsp
Salt	to taste

### Tempering ingredients

Dried, long red chillies	4
Fenugreek seeds	few
Curry leaves	few
Cumin seeds	1 tsp
Oil	1 cup

### Method:

- Peel potatoes; cook tomatoes and potatoes in little water till potatoes are tender. Allow to cool and blend in a blender.
- Replace in pot and add turmeric, red chillies, curry leaves, ginger/garlic, green chillies, tamarind, onion seeds and salt and cook for few minutes; dish out.
- Heat oil in a frying pan and fry tempering ingredients golden; pour on lentils and serve.

4 عدد	آلو
½ کلو	ٹماٹر
چند عدد	کرچی پتے
4 عدد	ہری مرچیں
½ پیالی	املی کا ٹودا
ایک چائے کا چمچ	ہری ہوئی جلدی
ایک چائے کا چمچ	کلوئی
ایک کھانے کا چمچ	ہری ہوئی ال مرچ
ایک کھانے کا چمچ	ایک کھانے کا چمچ

### ترکیب

آلو ہاں کو چھیل لیں۔ دھنچکی میں ٹماٹر اور آلو تھوڑے سے پانی کے ہمراہ آلو نکلنے تک پکائیں۔ تھوڑا ٹھنڈا ہو جائے تو اسے بلینڈر میں پیس لیں۔ اسے دو پارہ دھنچکی میں ڈالیں اس میں جلدی ال مرچ کرچی پتے، لہسن اور کھری مرچیں، املی کا ٹودا، کلوئی اور نمک ڈال کر چند منٹ تک پکا کر دھنچ میں نکال لیں۔ فرائنٹک چین میں تیل گرم کر کے گھار کے اجڑا، سنہری کریں اور دال پر ڈال کر پیش کریں۔



# FaceFresh™

CLEANSER CREAM

جو ونیس ونیشی  
وہی بیوٹی فل

چھائیوں، جھریوں، داغ، دھبوں  
اور کالے نشانات کو مکمل طور پر صاف کرے۔







## Andhra Mutton Curry

### Ingredients:

Mutton pieces	1/2 kg
Ginger/garlic paste	1 tbsp
Onions (chopped)	3
Tomatoes (chopped)	3
Black peppercorns	8
Curry leaves	4
Cinnamon	2 sticks
Black pepper (crushed)	1 tsp
Poppy seeds	1 tsp
Cumin seeds	1 tsp
Coriander seeds	1 tsp
Fennel seeds	1/2 tsp
Red chilli powder	1/2 tsp
Turmeric powder	1/4 tsp
Fresh coriander (chopped)	1/2 bunch
Cloves	3
Green cardamoms	3
Water	2 cups
Salt	to taste
Oil	5 tbsp

### Method:

- Cook mutton, turmeric, water and salt in a pot till tender.
- Strain and set aside stock and mutton separately.
- Roast poppy seeds, fennel seeds, peppercorns, coriander, cumin, cinnamon, cloves and cardamoms on an iron griddle and grind together.
- Heat oil in a pot and fry curry leaves; add onions and ginger/garlic and fry golden.
- Add red chillies, pepper, tomatoes and mutton and cook on high flame till tomatoes are tender.
- Add ground masala, fresh coriander and stock and cook till thick. dish out.



## اندھرا مٹن کری

### اجزاء:

بکری کا گوشت	1/2 کلو
پسا ہوا لہسن اور لک	ایک کھانے کا چمچ
پیاز (چوپ کی ہوئی)	3 عدد
نماز (چوپ کئے ہوئے)	3 عدد
ٹائٹ کالی مرچیں	8 عدد
کرچی پتے	4 عدد
دارچینی	2 ڈنڈیاں
نئی ہوئی کالی مرچ	ایک پائے کا چمچ
خشخاش	ایک پائے کا چمچ
ٹائٹ سفید زیرہ	ایک پائے کا چمچ
ٹائٹ دھنیا	ایک پائے کا چمچ
سونف	1/2 پائے کا چمچ
پسی ہوئی لال مرچ	1/2 پائے کا چمچ
پسی ہوئی ہلدی	1/4 پائے کا چمچ
ہرا دھنیا (چوپ کیا ہوا)	1/2 گنڈی
لوٹکس	3 عدد
چھوٹی الائچیاں	3 عدد
پانی	2 پیالی
نمک	مضبوط ذائقہ
تیل	5 کھانے کے چمچ

### ترکیب:

دبلی میں گوشت ہلدی پانی اور نمک ڈال کر گوشت گھٹے تک پکا لیں۔ پختی چھان کر محفوظ کر لیں اور گوشت علیحدہ رکھ لیں۔ توڑے خشخاش، سونف، ٹائٹ کالی مرچیں، دھنیا، زیرہ، دارچینی، لوٹکس اور الائچیاں بھون کر چھیں لیں۔ دبلی میں تیل گرم کر کے کرچی پتے تھیں۔ اس میں پیاز اور لہسن اور لک ڈالیں پھر پیاز سنہری ہونے تک بھون کر لال مرچ، کالی مرچ، نماز اور گوشت شامل کریں اور تیز آگ پر نماز گھٹے تک پکا لیں۔ اس میں پسا ہوا مصالحہ ہرا دھنیا اور پختی ڈالیں اور آمیزہ گاڑھا ہونے تک پکا کر ڈش میں نکال لیں۔





## Chinese-style Fried Liver

### Ingredients:

Chicken liver (big pieces)	½ kg
Ginger (chopped)	1 tbsp
Garlic (chopped)	1 tbsp
Onion (finely cut)	1
Soya sauce	2 tbsp
White vinegar	1 tbsp
Button mushrooms (finely cut)	½ cup
Black pepper (crushed)	1 tsp
Spring onions (finely cut lengthwise)	2
Capsicum (finely cut lengthwise)	1
Carrot (finely cut lengthwise)	1
Brown sugar	2 tbsp
Honey	1 tbsp
Chinese salt	½ tsp
Salt	to taste
Oil	2 tbsp
Green chillies, lemon slices	for decoration

### Method:

- Marinate liver with garlic, ginger, soya sauce, vinegar, pepper, sugar, honey and salt and keep aside for 2 hours.
- Heat oil in a wok and sauté mushrooms and onions; add liver and Chinese salt and fry.
- Remove liver on a plate, leaving masala in wok.
- Add vegetables and cook for few minutes.
- Pierce liver on wooden skewers and arrange on a dish.
- Arrange vegetables over them.
- Decorate liver with lemon and green chillies; Serve.

## چائیز اسٹائل کی بھٹی ہوئی کبھی

اجزاء:

½ کلو	مرغی کی بھٹی (بڑے ٹکڑے)
ایک ایک کھانے کا چمچ	ادرک، لہسن (چوب کیا ہوا)
ایک عدد	پیاز (باریک کٹی ہوئی)
2 کھانے کے چمچ	سویا ساس
ایک کھانے کا چمچ	سفید سرکہ
½ پیالی	جین کھمبیاں (باریک کٹی ہوئی)
ایک چائے کا چمچ	نئی ہوئی کالی مرچ
2 عدد	برنی پیاز (لہائی میں باریک کٹی ہوئی)
ایک عدد	شملہ مرچ (لہائی میں باریک کٹی ہوئی)
ایک عدد	گاجر (لہائی میں باریک کٹی ہوئی)
2 کھانے کے چمچ	براؤن چینی
ایک کھانے کا چمچ	شہد
½ چائے کا چمچ	چائیز نمک
حسب ذائقہ	نمک
2 کھانے کے چمچ	تیل
سجائے کے لئے	برنی مرچیں، لیموں کی قاشیں

ترکیب:

کبھی پر لہسن، ادرک، سویا ساس، سرکہ، کالی مرچ، براؤن چینی، شہد اور نمک ملا کر 2 گھنٹوں کے لئے رکھ دیں۔ ٹکڑے تیل گرم کر کے پر پیاز اور کھمبیاں بھجی دیں۔ جینوں میں اس میں کبھی اور چائیز نمک ملا کر بھجوں اور کبھی کو پلیٹ میں نکال لیں۔ مصالحہ کڑا اسی میں رہنے دیں۔ اس میں سبزیاں ڈال کر چھ منٹ تک پکائیں۔ کبھی کے ٹکڑوں کو کھڑکی کی سیخوں پر لگا کر ڈش میں رکھیں۔ اس کے اوپر سبزیاں ڈال دیں۔ مزیدار بھٹی برنی مرچوں اور لیموں سے سجاکر پیش کریں۔





## Rampuri Curry

### Dumpling Ingredients:

Gram flour (sieved)	1/2 kg
Green chillies(chopped)	3
Red chilli powder	1 tbsp
Carom seeds (crushed), baking powder	1/2 tsp each
Turmeric powder, coriander powder	1 tsp each
Salt	to taste
Oil	for frying

### Curry Ingredients:

Gram flour (sieved)	1/2 cup
Sour buttermilk	1 1/2 cups
Ginger/garlic paste	2 tbsp
Cumin seeds, turmeric powder	1 tsp each
Red chilli powder	1 1/2 tbsp
Whole dried red chillies	5
Green chillies (chopped)	3
Curry leaves	12
Salt	to taste
Oil	1/2 cup

### Method:

Mix dumpling ingredients with little water till thick. Heat oil in a wok and fry dumplings golden; Remove. Mix gram flour, buttermilk, red chillies, turmeric and salt in a bowl. Heat 4 tbsp oil in a pot and fry cumin; add green chillies, ginger/garlic and fry. Add buttermilk while stirring continuously. Cook till thick, stirring continuously; add dumplings. Heat oil in a frying pan and fry curry leaves and red chillies; pour over curry; serve.

## رامپوری کڑھی

### کڑھی کے اجزاء:

1/2 پیالی	تین (چھنا ہوا)
1 1/2 پیالی	کھنٹی لسی
2 کھانے کے چمچے	پسا ہوا لیمن اورک
ایک ایک چائے کا چمچ	ثابت سفید ذریعہ پیسی ہوئی ہلدی
1 1/2 کھانے کے چمچے	پیسی ہوئی لال مرچ
5 عدد	سنگھی گول لال مرچیں
3 عدد	بری مرچیں (چوپ کی ہوئی)
12 عدد	کڑھی پتے
حسب ذائقہ	نمک
1/2 پیالی	تیل

### پکڑوں کے اجزاء:

1/2 کلو	تین (چھنا ہوا)
3 عدد	بری مرچیں (چوپ کی ہوئی)
ایک کھانے کا چمچ	پیسی ہوئی لال مرچ
1/2 پیالی چائے کا چمچ	نئی ہوئی اجوائن ٹینک پائوڈر
ایک ایک چائے کا چمچ	پیسی ہوئی ہلدی پسا ہوا دھنیا
حسب ذائقہ	نمک
تلنے کے لئے	تیل

### ترکیب:

ایک پیالے میں پکڑوں کے اجزاء میں تھوڑا سا پانی ملا کر گڑھا آمیزہ تیار کر لیں۔ کڑا ہی میں تیل گرم کریں اور پکڑے سنہری تل کر نکال لیں۔ ایک پیالے میں تین، لسی، لال مرچ، ہلدی اور نمک ملا لیں۔ دھنیا میں ایک کھانے کا چمچ تیل گرم کر کے ذریعہ بھونیں اس میں بری مرچیں اور لیمن اورک بھونیں اور چھپ چلاتے ہوئے لسی کا آمیزہ شامل کریں۔ کڑھی گاڑھی ہونے تک مسلسل چھپ چلاتے ہوئے پکا لیں پھر پکڑے شامل کر دیں۔ فرائنگ چین میں تیل گرم کریں اس میں کڑھی پتے اور لال مرچیں تل کر دھنیا میں شامل کر دیں۔





## Malbari Egg Curry

### Omelette Ingredients:

Eggs	5
Onion (chopped)	1
Green chillies	5
Red chillies (crushed)	1/2 tsp
Fresh coriander (chopped)	2 tbsp
Salt	to taste
Oil	for frying

### Curry Ingredients:

Onion (finely cut)	1	Desiccated coconut	2 tbsp
Green chillies (finely cut)	5	Fresh coriander (chopped)	1/2 bunch
Tomatoes (chopped)	3	Salt	to taste
Ginger/garlic paste	1 tsp	Oil	4 tbsp
Red chilli powder	1 tsp	Green chillies	for garnishing
White vinegar	1 tsp		
Cumin powder, fennel seeds	1/2 tsp each		
Hot spices powder, turmeric powder	1/2 tsp each		
Coriander powder	1/2 tsp		

### Method:

- Mix omelette ingredients in a bowl.
- Heat oil in a frying pan and fry omelette. Remove; cut into small pieces.
- Heat oil in a pot and fry onion golden. Fry fennel seeds and ginger/garlic.
- Add tomatoes and cook till tender; add coconut, turmeric, coriander, hot spices, red chillies, green chillies, cumin and salt and cook on high flame.
- Add little water and omelette and cook with lid on for a little while. When oil separates add fresh coriander and vinegar and dish out.
- Garnish with green chillies and serve.

## انڈے کا ملباری سالن

آلیٹ کے اجزاء:

انڈے	5 عدد
پیاز (چوپ کی ہوئی)	ایک عدد
ہری مرچیں	5 عدد
کٹی ہوئی لال مرچ	1/2 چائے کا چمچ
ہرا دھنیا (چوپ کیا ہوا)	2 کھانے کے چمچ
نمک	حسب ذائقہ
تیل	تھلنے کے لئے

سالن کے اجزاء:

پیاز (ہارک کٹی ہوئی)	ایک عدد
ہری مرچیں (ہارک کٹی ہوئی)	5 عدد
لہنا (چوپ کئے ہوئے)	3 عدد
پیاز ہوا سن اور کاسٹورک	ایک ایک چائے کا چمچ
پسی ہوئی لال مرچ	ایک کھانے کا چمچ
پیاز ہوا سفید زیر و سونف	1/2 ڈرا چائے کا چمچ
پیاز ہوا گرم مصالحہ	1/2 چائے کا چمچ
پسی ہوئی ہلدی	1/2 چائے کا چمچ
پیاز ہوا دھنیا	1/2 چائے کا چمچ
پیاز ہوا ناریل	2 کھانے کے چمچ
ہرا دھنیا (چوپ کیا ہوا)	1/2 گڈی
نمک	حسب ذائقہ
تیل	4 کھانے کے چمچ
ہری مرچیں	چھانے کے لئے

### ترکیب:

ایک پیالے میں آلیٹ کے اجزاء ملا لیں۔ فرانکک پین میں تیل گرم کریں اور آلیٹ تھل کر نکال لیں پھر نکالے کاٹ لیں۔ دیکھی میں تیل گرم کر کے پیاز سنہری کریں۔ اس میں سونف اور لہسن اور کاسٹورک اور کاسٹورک شامل کریں۔ لہنا ڈال جائیں تو ناریل ہلدی دھنیا گرم مصالحہ لال مرچ ہری مرچیں زیر و سونف اور کاسٹورک ڈال کر تیز آگ پر پکائیں۔ اس میں تھوڑا سا پانی اور آلیٹ ڈالیں اور دھنیا ڈھانک کر تھوڑی دیر تک پکائیں۔ تیل اوپر آ جائے تو ہرا دھنیا اور سرکہ ملا کر ڈش میں نکال لیں۔ اسے ہری مرچوں سے سجھا کر پیش کریں۔





## Arabic Halwa

### Ingredients:

Chickpeas (boiled)	300 grams
Fresh milk	1 kg
Sugar	125 grams
Whole dried milk	125 grams
Coconut (desiccated)	1 cup
Green cardamoms (seeds only)	12
Clarified butter	1 1/2 cups
Almonds, pistachios (whole)	for garnishing

### Method:

- Cook milk and chickpeas in a pot till dry. Grind in a blender.
- Heat clarified butter in a pot and fry cardamoms till they give off aroma.
- Add chickpeas and cook till it gives off aroma.
- Add dried milk, sugar and coconut and fry till clarified butter separates; dish out.
- Garnish with almonds and pistachios and serve.

## عربی حلوہ

### اجزاء:

300 گرام	کالی پیسے (اُبلے ہوئے)
ایک کلو	تازہ دودھ
125 گرام	چینی
125 گرام	کھویا
ایک پیالی	ناریل (کدوئش)
12 عدد	پھوٹی الائچی (دانے)
1 1/2 پیالی	تھی
سجائے کے لئے	بادام پستے (ماریٹ)

### ترکیب:

دہنی میں دودھ اور پیسے ڈال کر دودھ خشک ہونے تک پکائیں پھر اسے بلیندر میں ٹیک لیں۔  
دہنی میں کھی گرم کر کے الائچی کے دانے خوشبو آنے تک پکائیں پھر پیسے ڈال کر خوشبو آنے تک  
بھونیں۔ اس میں کھویا چینی اور ناریل ڈال کر کھی ملجھو ہونے تک بھون کر دھس میں نکالیں اور  
بادام پستے سے سجا کر پیش کریں۔



# پاک سوسائٹی ڈاٹ کام کی پیشکش

## یہ شمارہ پاک سوسائٹی ڈاٹ کام نے پیش کیا ہے

### ہم خاص کیوں لکھیں :-

- ✧ ہائی کوالٹی پی ڈی ایف فائلز
- ✧ ہر ای بُک آن لائن پڑھنے کی سہولت
- ✧ ماہانہ ڈائجسٹ کی تین مختلف سائزوں میں اپلوڈنگ
- ✧ ہر ای بُک کا ڈائریکٹ اور ریڈیو مائیک سے پہلے ای بُک کا پرنٹ پر یو پی ہر پوسٹ کے ساتھ
- ✧ پہلے سے موجود مواد کی چیکنگ اور اچھے پرنٹ کے ساتھ تبدیلی
- ✧ مشہور مصنفین کی کتب کی مکمل ریج
- ✧ ہر کتاب کا الگ سیکشن
- ✧ ویب سائٹ کی آسان براؤسنگ
- ✧ سائٹ پر کوئی بھی لنک ڈیڈ نہیں
- ✧ سپریم کوالٹی، نارمل کوالٹی، کمپریسڈ کوالٹی
- ✧ عمران سیریز از مظہر کلیم اور ابن صفی کی مکمل ریج
- ✧ ایڈ فری لنکس، لنکس کو میسج کمانے کے لئے شرنک نہیں کیا جاتا

**We Are Anti Waiting WebSite**

واحد ویب سائٹ جہاں ہر کتاب ٹورنٹ سے بھی ڈاؤنلوڈ کی جاسکتی ہے

➡ ڈاؤنلوڈنگ کے بعد پوسٹ پر تبصرہ ضرور کریں

➡ ڈاؤنلوڈنگ کے لئے کہیں اور جانے کی ضرورت نہیں ہماری سائٹ پر آئیں اور ایک کلک سے کتاب ڈاؤنلوڈ کریں

اپنے دوست احباب کو ویب سائٹ کا لنک دیکر متعارف کرائیں

# WWW.PAKSOCIETY.COM

Online Library For Pakistan



Like us on  
Facebook

[fb.com/paksociety](http://fb.com/paksociety)



[twitter.com/paksociety1](http://twitter.com/paksociety1)



anhaar

اب پودینہ اور زیرہ بنے  
انہا اورایتہ کی شان



pure wholesome goodness For real.  
AnhaarMilk www.anhaar.com.pk





## Sandwich Dumplings

### Ingredients:

Bread	9 slices
Green chutney (prepared)	1/2 cup
Tomato ketchup	1/2 cup
Cheese	3 slices
Oregano	1 tsp
Oil	for frying

### Batter ingredients

Gram flour (sieved)	3/4 cup
Red chilli powder	1/2 tsp
Cumin seeds (roasted and crushed)	1/2 tsp
Salt	to taste
Tomato, lettuce	for decoration

### Method:

Mix batter ingredients with little water.  
Cut off crusts from bread.  
Apply chutney on one slice; place another slice on top;  
spread a layer of ketchup on it and sprinkle oregano.  
Place a cheese slice on top; cover with third slice. Repeat  
process to make more sandwiches.  
Heat oil in a wok and fry sandwiches golden; remove on  
absorbent paper.  
Cut Sandwich Dumplings in triangles and place on a  
serving dish.  
Decorate dish with tomatoes and lettuce and serve.

## پکوڑوں کے سینڈویچز

### اجزاء:

9 سلائس	آمیڑے کے اجزاء	ڈبل روٹی
1/2 پیالی	ہیسن (چھتا ہوا)	تیار ہری پٹنی
1/2 پیالی	پسی ہوئی لال مرچ	لٹاؤ کچپ
3 سلائس	بھنا اور کٹا ہوا سفید زیرہ	نیر
ایک چائے کا چمچ	ٹنک	اور پکانو
تلنے کے لئے	نماز سلاو پتے	تیل

### ترکیب:

آمیڑے کے اجزاء تھوڑا سا پانی شامل کر کے گھول لیں۔ ڈبل روٹی کے کنارے کاٹ لیں۔ ایک  
سلائس پر پٹنی کی تہ لگا کر اس پر دوسرا سلائس رکھیں اس پر کچپ کی تہ لگا کر اور پکانو چھڑک کر نیر  
رکھ کر تیسرا سلائس رکھ دیں۔ اس عمل کو دہراتے ہوئے دوسرے سینڈویچز بھی تیار کر لیں۔ کڑا ہوا  
میں تیل گرم کریں اور ان سلائسوں کو سنہری تل کر جاذب کاغذ پر نکال لیں۔ مزیدار پکوڑے  
سینڈویچز بنانے کاٹ کر سرونگ ڈش میں رکھیں۔ اسے نماز اور سلاو پتے سے سجا کر پیش کریں۔





## Pistachio Chicken Tikkas

### Ingredients:

Chicken pieces (boneless)	1/2 kg
Pistachios (powdered)	12
Yogurt (drained)	1/2 cup
Ginger/garlic paste	1 tbsp
Black cumin seeds	1/4 tsp
Red chilli powder	1 tsp
Cornflour	2 tbsp
Saffron (dissolved in milk)	1/4 tsp
Salt	1 tsp
Oil	2 tbsp
Spring onion, lettuce, tomato	for decoration

### Method:

- Mix all ingredients except saffron, in chicken and refrigerate for 2 hours.
- Pierce chicken on skewers; apply saffron on then and grill over charcoals.
- Remove chicken from skewers and arrange on a dish.
- Decorate dish with spring onion, lettuce and tomato.

## پستے والے مرغ تیکے

اجزاء:

2 کھانے کے چمچے	کارن فلور	مرغی کی بوئیاں (بغیر ہڈی) بڑا کلو
1/4 چائے کا چمچ	زعفران (دودھ میں گھلا ہوا)	پستے (پسے ہوئے) 12 عدد
ایک چائے کا چمچ	نمک	دہی (پانی نکالا ہوا) 1/2 پیالی
2 کھانے کے چمچے	تیل	ایک کھانے کا چمچ
ہری پیاز، سلاؤ پتہ، نمائش سجائے کے لئے		1/2 چائے کا چمچ
		ایک چائے کا چمچ
		پسے ہوئے (پسے ہوئے) 12 عدد
		دہی (پانی نکالا ہوا) 1/2 پیالی
		ایک کھانے کا چمچ
		1/2 چائے کا چمچ
		ایک چائے کا چمچ

### ترکیب:

مرغی پر علاوہ زعفران باقی تمام اجزاء ملا کر 2 گھنٹوں کے لئے فریج میں رکھ دیں۔ بوئیاں کو تھنوں پر لگائیں اور اسے زعفران لگاتے ہوئے کوسٹے پر سینک لیں۔ مزیدار کیکے تھنوں سے نکال کر ڈش میں رکھیں اور ڈش کو ہری پیاز، سلاؤ پتے اور نمائش سے سجاکر پیش کریں۔





## Pickle Chops

### Ingredients:

Chops	1/2 kg
Cumin seeds	1 tsp
Cardamom	1
Chaat masala	1 tsp
Cloves	6
Ginger/garlic paste	1 tbsp
Gram flour	2 tsp
Lemon juice	1 tbsp
Mustard seeds	1 tsp
Onion seeds	1 tsp
Raw papaya paste	1 tbsp
Red chilli powder	2 tsp
Yogurt	4 tbsp
Salt	1 tsp
Fresh coriander, onion (rings)	for garnishing

### Method:

- Lightly pound chops with mallet.
- Marinate chops with papaya, ginger/garlic and salt and keep aside for 1 hour.
- Sprinkle gram flour and keep aside for a little while.
- Mix remaining ingredients in yogurt and apply on chops; keep aside for 2 hours.
- Place chops in a baking tray and bake in a pre-heated oven at 180°C for 30 minutes.
- Dish out and garnish with coriander and onions.

## اچاری چانپیں

اجزاء:

ایک چائے کا چمچ	رائی دانے	چانپیں	بڑا کلو
ایک چائے کا چمچ	کھنٹی	کھاہت سفید زیرہ	ایک چائے کا چمچ
ایک کھانے کا چمچ	پسا ہوا کچا پیاز	بڑی الائچی	ایک عدد
2 چائے کے چمچے	پسی ہوئی ال مرچ	چائے مصالحہ	ایک چائے کا چمچ
4 کھانے کے چمچے	دہی	لٹکھن	4 عدد
ایک چائے کا چمچ	نمک	پسا ہوا لہسن اور لک	ایک کھانے کا چمچ
لے لے کے لے لے	ہر ادھنیہ پیاز (لہجے)	تھیں	2 چائے کے چمچے
		کیوں کا رس	ایک کھانے کا چمچ

### ترکیب

چانپوں کو کسی بھاری چیز کی مدد سے ہلکا سا پھل لیں۔ چانپوں پر پیٹا لہسن اور لک اور نمک لگا کر ایک گھنٹے کے لئے رکھ دیں۔ اس پر تھیں چمڑک کر مزید تھوڑی دیر رکھیں۔ دہی میں باقی اجزاء شامل کر کے آمیزہ بنائیں اور چانپوں پر لگا کر 2 گھنٹوں کے لئے رکھ دیں۔ چانپوں کو ہینک ٹرس میں رکھ کر پہلے سے گرم اوون میں 180°C پر 30 منٹ پکا کر نکال لیں۔ مزیدار چانپیں ہرے دھنئے اور پیاز سے سجھا کر پیش کریں۔





## Indian Chilli Chicken

### Ingredients:

Chicken boneless pieces (boiled)	1 kg
Red chilli powder	1 1/2 tsp
Ginger/garlic paste	1 tbsp
Capsicums (cubed)	2
Onions (cubed)	2
Tomato ketchup	1/2 cup
Chilli sauce	2 tbsp
Salt	1 tsp
Oil	1/4 cup

### Tomato puree ingredients

Onion (chopped)	1/2 cup
Green chillies (chopped)	2
Tomatoes (chopped)	2
Orange food colour	1 pinch
Oil	1/4 cup

### Method:

- To make puree, heat oil in a saucepan and fry onions and green chillies.
- When onions turn golden, add tomatoes and cook for 5 minutes; remove from flame.
- Allow to cool; add food colour and blend in a blender.
- Heat oil in a wok and fry onions and capsicums; add the prepared puree, red chillies, ginger/garlic, tomato ketchup, chilli sauce and salt and cook for 2 minutes.
- Add chicken and cook till oil separates.
- Dish out and serve.

## انڈین چلی چکن

ایجنڈا

مرقی کو بیٹیاں (غیر ہڈی)	تھک	ایک چائے کا چمچ
آبی ہوئی	تیل	1/4 پیالی
پسی ہوئی لال مرچ	نماؤ پیوری کے اجزاء	
پسا ہوا آہن اورک	پیاز (چوپ کی ہوئی)	1/2 پیالی
شملہ مرچ (چوکور کٹی ہوئی)	ہری مرچیں (چوپ کی ہوئی)	2 عدد
پیاز (چوکور کٹی ہوئی)	لٹائر (چوپ کئے ہوئے)	2 عدد
لٹائر کچپ	زردے کا رنگ	ایک چمکی
چلی ساس	تیل	1/4 پیالی
		2 کھانے کے چمچے

ترکیب

پیوری بنانے کے لئے ساس پین میں تیل گرم کر کے پیاز اور ہری مرچیں بھونیں۔ پیاز سنہری ہو جائے تو لٹائر ڈال کر 5 منٹ تک پکا کر چولہا بند کر دیں۔ ٹھنڈا ہو جائے تو اس میں زردے کا رنگ ڈال کر بلینڈر میں یکجان کر لیں۔ کڑا ہی میں تیل گرم کر کے پیاز اور شملہ مرچ بھونیں اس میں تیار پیوری لال مرچ، آہن اورک، لٹائر کچپ، چلی ساس اور تھک ملا کر 2 منٹ تک پکائیں پھر مرقی ڈال کر تیل آہ پر آئے تک پکائیں۔





## Spicy Bread Disks

### Ingredients:

Bread	10 slices
Green chillies (chopped)	4
Fresh coriander (chopped)	3 tbsp
Semolina	2 tbsp
Red chillies (crushed)	2 tsp
Lemon juice	2 tbsp
Garlic paste	1/2 tsp
Hot spices powder	1 tsp
Salt	1 tsp
Oil	for frying
Tomato ketchup, cucumber, lemon	for decoration

### Method:

- Soak slices in water for 1 minute and remove. Squeeze out water by pressing bread between palms.
- Mix bread and remaining ingredients in a bowl and make small kebabs.
- Heat oil in a frying pan and fry kebabs golden from both sides; remove.
- Decorate dish with cucumber, tomato ketchup and lemon and arrange Bread Disks on tops.

## اسپائسی بریڈ ڈسکس

اجزاء:

10 سلائیٹس	ایسا ہوا لہسن	1/2 چائے کا چمچ
4 عدد	پسا ہوا گرم مصالحہ	ایک چائے کا چمچ
3 کھانے کے چمچے	ٹہنک	ایک چائے کا چمچ
2 کھانے کے چمچے	تیل	تھلنے کے لئے
2 چائے کے چمچے	لٹاؤ کچپ	کھیرا لیموں سجانے کے لئے
2 کھانے کے چمچے		
10 سلائیٹس		
ہری مرچیں (چوپ کی ہوئی)		
ہرا دھنیا (چوپ کیا ہوا)		
سبزی		
ٹہنی ہوئی لال مرچ		
لیموں کا رس		

ترکیب:

ڈبل روٹیوں کو ایک منٹ کے لئے پانی میں بھگو کر نکالیں اور پتیلی کے درمیان دبا کر پانی نچڑویں۔ ایک پیالے میں ڈبل روٹی اور باقی تمام اجزاء ملا لیں۔ اس کے چھوٹے چھوٹے کباب بنائیں۔ فرائننگ چین میں تیل گرم کریں اور کبابوں کو دونوں جانب سے شہری کل کر نکالیں۔ ڈش کو کھیرا لٹاؤ کچپ اور لیموں سے سجانیں اور بریلڈ سکس رکھ کر پیش کریں۔



# روحانی مسیحا



معروف روحانی اسکالر ایس۔ این۔ قادری  
ستاروں کی گردش ہو یا حاسدوں کی بندش  
آپ کے مسائل کا قرآنی، اسلامی اور روحانی حل پیش کرتے ہیں

مشورے اور استخارے کا کوئی پدہ نہیں ہے۔ آپ کے مسائل سینہ دراز میں رکھے جاتے ہیں نام آپ کی اجازت کے بغیر قطعی شائع نہیں کیے جاتے، مکمل مجاہدے کے ساتھ رجوع کریں۔  
سزحاطق (امریکہ)

حاسدوں کے حسد سے محفوظ رکھے گا۔

جویریہ (اسلام آباد)

انگل! میری شادی کو 6 سال ہو گئے ہیں 2 بچے ہیں مگر شادی کے دوسرے سال سے ہی میرے شوہر کا رویہ میرے ساتھ نہایت جنگ آمیز ہو گیا تھا بات پر میری توہین کرنا انکا روزمرہ کا معمول بن گیا تھا غیر عورتوں میں دلچسپی بھی بڑھتی ہی جا رہی تھی میری طرف توجہ بالکل نہیں رہی تھی میں بہت پریشان تھی آپ سے اپنا مسئلہ بیان کیا تو آپ نے مجھے میرا مبارک چھریا قوت پڑھائی کر کے مجھے دیا اور وظیفہ بھی پڑھنے کو دیا جب سے میں نے پڑھائی کیا ہوا مبارک چھریا قوت انگلی بڑا کر پہنا ہے اور آپ کا وظیفہ پڑھا تو میں جان ہوں دو مہینے کے اندر ہی میرے شوہر بالکل تبدیل ہو گئے ہیں انکا سلوک میرے ساتھ بہت اچھا ہو گیا ہے غیر عورتوں میں دلچسپی بھی ختم ہو گئی ہے قادری صاحب آپ نے میرے ساتھ بہت بڑی نیکی کی ہے میں آپ کیلئے ہمیشہ دعا گو رہو گی۔

جواب: بیٹی رہو! اللہ پاک آپ کی زندگی میں مزید خوشیاں عطا فرمائے اور مہیاں بیوی کی محبت کو ہمیشہ قائم رکھے۔

حاصدہ (رحیم یار خان)

قادری صاحب! مجھے میرا مبارک چھریا بتا دیجئے کونسا ہے اور اسے میں کس طرح حاصل کر سکتی ہوں پلیز مشکوٰۃ کا طریقہ بھی بتا دیں۔  
جواب: بیٹی رہو! بیٹی میں مبارک چھریا پڑھائی کر کے دیتا ہوں اس لئے مجھے Call کر کے اپنے نام کیساتھ اپنی والدہ کا نام اور اپنی تاریخ پیدائش اور پتھر کیوں پہننا چاہتی ہو مقصد بھی بتاؤ مشکوٰۃ کا طریقہ بھی میں اسی وقت آپ کو سمجھا دوں گا۔

شادی پر جو بندش تھی وہ ختم ہو گئی ہے اور پچھلے ماہ میری بیٹی کی شادی ہو گئی ہے اللہ تعالیٰ آپ کو اسکا اجر عطا فرمائے۔

جواب: اللہ خوش رکھے! بہن آپ کی بیٹی کی شادی مبارک ہو اللہ پاک آپ کی بیٹی کو ذخیرہ خوشیاں عطا فرمائے اور سب کی بیٹیوں کو حاسدوں کے شر سے محفوظ رکھے (امریکہ)

ذوالفقار احمد (لاہور)

میرا بول سیل کا کارڈ پارے بہت اچھا چل رہا تھا مگر پچھلے دو سالوں سے مسلسل زوال پذیر ہے گھر آتے تھے ہماری چیزوں کی قیمت بازار سے کم ہونے کے باوجود ہم سے خریداری نہیں کرتے تھے ایک دو ملازم بھی کام چھوڑ کر چلے گئے تھے کارڈ بار تقریباً ٹھپ ہو گیا تھا کچھ مجھ نہیں آتا تھا کہ یہ سب کیا ہو رہا ہے آپ کے بارے میں کسی نے بتایا آپ سے مواہل پر بات کر کے تمام حالات سے آگاہ کیا تو آپ نے بتایا کہ یہ سب حالات حاسدانہ نظروں اور بندش کا نتیجہ ہیں پھر آپ نے حاسدوں کی بد نظریے محفوظ رہنے اور کاروبار میں برکت اور رزق میں کشادگی کیلئے ایک لوح اور وظیفہ پڑھنے کو دیا آپ کی ہدایت کے مطابق لوح کو میں نے رکھا ہوا ہے اور وظیفہ بھی پڑھ رہا ہوں۔ قادری صاحب میں آپ کا بے حد احسان مند ہوں کیونکہ جب سے آپ کی لوح میرے پاس آئی ہے اور میں نے وظیفہ شروع کیا ہے میرا کاروبار پھر سے چمکنے لگا ہے اللہ تعالیٰ نے میرے کاروبار میں برکت اور رزق کو کشادہ فرما دیا ہے قادری صاحب اللہ آپ کو ہمیشہ خوش رکھے اور آپ ہم جیسے بندوں کی راہنمائی فرماتے رہیں۔

جواب: اللہ خوش رکھے! بھائی بچکانہ نمازی کی پابندی کرو اور ذکوۃ خیرات ادا کرتے رہو اللہ مزید رزق میں اضافہ فرمائے گا اور

قادری صاحب! میں اپنی بیٹی کی شادی کیلئے بہت پریشان تھی رشتے آتے تھے اور لگتا تھا کہ بات کی ہو جائے گی مگر آخر میں مایوسی ہوتی تھی بات کہیں بھی بنتی نہیں تھی کسی نے آپ کا نمبر دیا آپ سے بات کی تو آپ نے مجھے لوح نکاح بھیجی آپ کی ہدایت کے مطابق وظیفہ بھی پڑھا آپ کی دعا اور لوح نکاح کی برکت سے میری بیٹی کی یہاں پر ایک بہت اچھے مسلم گھرانے میں شادی ہو گئی ہے اللہ تعالیٰ آپ کے علم میں اضافہ فرمائے مزید راہنمائی فرمادیں لوح نکاح کا کاب کیا کرؤں؟  
جواب: اللہ خوش رکھے! بہن 2 نفل شکرانے کے اللہ پاک کے حضور ادا کریں اور لوح کو خوش رکھنا شروع کریں۔

زبیدہ خاتون (ملتان)

قادری بھائی! میری چار بیٹیاں ہیں دو بڑی بیٹیوں کی شادی کر دی ہے اور سب سے چھوٹی بیٹی کی بھی مقفی ہو چکی ہے مگر تیسرے نمبر کی بیٹی کی شادی میں بہت رکاوٹیں آ رہی تھیں ایک جگہ ارکار شہ طے ہوا اظہار ایتھے لوگ تھے مگر ایک سال بعد ہی لا کے نے رشتے سے انکار کر دیا اسکے بعد دوسری جگہ رشتہ طے ہوا لیکن کچھ عرصے بعد لا کے والوں نے دوسرے کا مطالبہ کر دیا اور اس طرح یہ رشتہ بھی ختم ہو گیا اور اس دوران میری چھوٹی والی بیٹی کی شادی ہو گئی دوسری مرتبہ مقفی کو شہ پر تو میں بہت پریشان ہو گئی کہ آخر یہ ماجرا کیا ہے آپ کے بارے میں پڑھا تو آپ سے رجوع کیا آپ نے بتایا کہ آپ کی بیٹی کی شادی پر بندش کروادی ہے اس بندش کی کاٹ کیلئے آپ نے لوح نکاح بھیجوائی وظیفہ بھی پڑھنے کو دیا جو میں نے باقاعدگی سے پڑھا آپ کی محنت کاوش اور اللہ کے کلام کی بدولت میری بیٹی کی

## Lucky Stone

## مبارک پتھر



روحانی اسکالر ایس۔ این۔ قادری آپ کے کام اور نام کے مطابق آپ کے موافق پتھروں (پتھروں) پر آیات مقدسہ کی پڑھائی کر کے دیتے ہیں۔ اپنے نام اور کام کے مطابق اپنا مبارک پتھر حاصل کریں، انگلی بڑا کر پہنیں، انشاء اللہ آپ کے بگڑے کام سنورتے چلے جائیں گے، دل و دماغ پر خوشگوار اثرات مرتب ہوں گے، صحت و تندرستی حاصل ہوگی، لوگوں کے دلوں میں آپ کے لئے نرم گوشہ پیدا ہوگا اور آپ کی عزت و وقار میں اضافہ ہوگا۔

## ایس۔ این۔ قادری

رضویہ مارکیٹ '86، فرسٹ فلور، ناظم آباد چورنگی، کراچی۔ 74600

رابطے کیلئے موبائل : 0308-2543444

0333-2105914

E-mails: qadrihelpline@yahoo.com

qadrihelpline@hotmail.com

E-mail کرتے وقت اپنے شہر کا نام لازمی لکھیں۔

رابطے کے اوقات صبح 10 سے شام 7 بجے تک۔





## Cheese Parathay

### Dough ingredients

Refined-flour (sieved)	¾ cup
Whole wheat flour (sieved)	¾ cup
Salt	to taste
Oil	2 tsp + for frying

### Filling ingredients

Cottage cheese (grated)	1 ½ cups
Fresh coriander (chopped)	2 tbsps
Green chillies (chopped)	1 tsp
Red chilli powder	1 tsp
Raw mango powder	1 tsp
Salt	to taste

### Method:

Knead dough ingredients with lukewarm water and make 4 balls.

Mix filling ingredients in a bowl and divide into 4 portions. Roll dough lightly into discs; fill each with filling and shape into balls again.

Roll balls into discs; fry golden on an iron griddle from both sides, applying oil on the sides at intervals.

Cut Cheese Parathay into slices and serve.

## پنیری پراٹھے

آنے کے اجزاء:

میدہ (چھنا ہوا)	¾ پیالی
آٹا (چھنا ہوا)	¾ پیالی
نمک	حسب ذائقہ
تیل	2 چائے کے چمچے
	+ تیلنے کے لئے
برادریا (چوپ کیا ہوا)	2 کھانے کے چمچے
ہری مرچیں (چوپ کی ہوئی)	ایک چائے کا چمچ
پس ہوئی ایل مرچ	ایک چائے کا چمچ
آچور	ایک چائے کا چمچ
نمک	حسب ذائقہ

بھرنے کے اجزاء:

نیر (کدو کش)	1 ½ پیالی
--------------	-----------

## ترکیب:

آنے کے اجزاء کو نیم گرم پانی سے گوندھیں اور 4 بیڑے بنالیں۔ ایک پیالے میں بھرنے کے اجزاء ملائیں اور اسے 4 حصوں میں تقسیم کر دیں۔ آنے کے بیڑے سے بچکے سے بھریں ان کے درمیان میں آمیزہ بھر کر ان کے دوبارہ بیڑے بنالیں۔ ان بیڑوں کے گول پراٹھے بنالیں۔ پراٹھوں کو تیل لگاتے ہوئے تھے پر دونوں جانب سے سہری سینک کر تار لیں۔ مزیدار پراٹھے نکلنے کاٹ کر پیش کریں۔



add NEW  
FLAVOURS  
to life

# GER PATTIES



All Simply Sufi products  
now available at

**Hyperstar** 



simply  
**SUFI**

**PREMIUM BURGER**



[www.simplysufi.com](http://www.simplysufi.com)  





## Chinese Dry Chilli Chicken

### Ingredients:

Chicken pieces (boneless)	1/2 kg
Onion (thickly cut)	1
Capsicum (thickly cut)	1/2
Spring onion (cut lengthwise)	1
Soya sauce	1 tbsp
Ginger/garlic paste	1 tbsp
Green chillies (paste)	1 tbsp
Black peppercorns (crushed)	1 tsp
Green chillies (finely cut)	6
Red chillies powder	1 tsp
Garlic (chopped)	1 tbsp
Cornflour, refined flour	1 tbsp each
Egg	1
Sugar	1 pinch
White vinegar	1/4 tsp
Salt	1 tsp
Oil	3 tbsp

### Method:

- Marinate chicken pieces with soya sauce, egg, pepper, cornflour, flour, ginger/garlic, green chilli paste and salt and keep aside for 1 hour.
- Heat oil in a wok and fry chicken golden; remove.
- In same wok fry garlic and red chillies; add onion, green chillies and capsicum and fry.
- Add vinegar, chicken, sugar and spring onions; fry on high flame for few minutes; dish out.

## چائیز ڈرائی چلی چکن

اجزاء:

ہنسی ہوئی لال مرچ	ایک پائے کا بچہ	مرچی کی بوئیاں (بغیر ہڈی)	1/2 کلو
لہسن (چوپ کیا ہوا)	ایک کھانے کا چمچ	پیاز (موٹی کٹی ہوئی)	ایک عدد
کارن فلوڑمیدہ	ایک کھانے کا چمچ	شملہ مرچ (موٹی کٹی ہوئی)	1/2 عدد
انڈو	ایک عدد	ہری پیاز (لہنی کٹی ہوئی)	ایک عدد
چینی	ایک چمکی	سویا ساس	ایک کھانے کا چمچ
سفید سرکہ	1/4 پائے کا چمچ	پہا ہوا لہسن اور ک	ایک کھانے کا چمچ
نمک	ایک پائے کا چمچ	ہری مرچیں (لہنی ہوئی)	ایک کھانے کا چمچ
تیل	3 کھانے کے چمچے	لہنی ہوئی کالی مرچ	ایک پائے کا چمچ
		ہری مرچیں (باریک کٹی ہوئی)	6 عدد

### ترکیب:

مرچی میں سویا ساس، انڈو، کالی مرچ، کارن فلوڑمیدہ، لہسن اور ک، لہنی ہوئی ہری مرچیں اور نمک ملا کر ایک کھینے کے لئے رکھ دیں۔ کڑا ہی میں تیل گرم کر کے مرچی کی بوئیاں کو شہری کر کے نکال لیں۔ اسی کڑا ہی میں لہسن اور لال مرچ بھون کر پیاز، ہری مرچیں اور شملہ مرچ تیل میں سرکہ، مرچی کی بوئیاں، چینی اور ہری پیاز ملائیں اور تیز آگ پر چند منٹ تک بھون کر ڈش میں نکال لیں۔





## Potato Croquettes

### Ingredients:

Potatoes (boiled and mashed)	4 cups
Fresh milk	2 tbsp
Black pepper (crushed)	1/2 tsp
Spring onion (chopped)	1/2 tsp
Egg yolks	2
Refined flour	3 tbsp
Egg (beaten)	1
Breadcrumbs	1 cup
Salt	to taste
Oil	for frying

### Method:

Mix potato, milk, pepper, springs onion, yolks, flour and salt in a bowl.  
Make long kebabs and coat first with egg and then breadcrumbs.  
Heat oil in a wok and fry croquettes golden; remove on an absorbent paper.

## آلو کے کروکٹس

اجزاء:

3 کھانے کے چمچے	میدہ	آلو (اُبلے اور پھرنے کے لئے)	4 پیالی
ایک عدد	انڈہ (پسینا ہوا)	تازہ دودھ	2 کھانے کے چمچے
ایک پیالی	ڈبل روٹی کا پورہ	ٹکی ہوئی کالی مرچ	1/2 چائے کا چمچ
تھک	حسب ذائقہ	ہری پیاز (چوپ کی ہوئی)	1/2 چائے کا چمچ
تیل	تیل کے لئے	انڈے کی زردیاں	2 عدد

### ترکیب:

ایک پیالے میں آلو دودھ، کالی مرچ، ہری پیاز، زردیاں، میدہ اور تھک ملا لیں۔ اس آمیزے کے لیوڑے کباب بنائیں۔ انہیں پہلے انڈے سے پھر ڈبل روٹی کے پورے میں لپیٹ لیں۔ کڑاہی میں تیل گرم کریں اور کروکٹس منبری تل کر جاذب کاغذ پر نکال لیں۔





## Chicken Curry

### Ingredients:

Chicken pieces	1/2 kg
Onion (finely cut)	1
Green chillies (finely cut)	8
Yogurt (whipped)	1 cup
Ginger/ garlic paste	3 tbsp
Gram flour	2 tbsp
Cloves	3
Black peppercorns	8
Cinnamon	1 stick
Bay leaf	1
Cumin seeds	1 tsp
Dried fenugreek leaves	2 tsp
Fresh coriander (finely cut)	1/4 cup
Red chilli powder	1 tsp
Turmeric powder	1/2 tsp
Hot spices powder	2 tsp
Salt	1 tsp
Oil	1/2 cup

### Method:

- Heat oil in a pot and fry ginger/garlic and chicken.
- Add onion, cloves, pepper, cinnamon, bay leaf, red chillies, turmeric, hot spices and cumin seeds and fry.
- Add yogurt, gram flour, water and salt and cook till chicken is tender.
- When curry thickens; add fenugreek leaves, green chillies and coriander and leave on dum.

## مرغی کا سالن

اجزاء:

مرغی کا گوشت	1/2 کلو
پیاز (باریک کٹی ہوئی)	ایک عدد
ہری مرچیں (باریک کٹی ہوئی)	8 عدد
دہی (پھینٹی ہوئی)	ایک پیالی
لہسن اور مک (چوپ کیا ہوا)	3 کھانے کے چمچے
تیس	2 کھانے کے چمچے
لوتھیں	3 عدد
ٹاٹ کالی مرچیں	8 عدد
دار چینی	ایک ٹکڑا
تج پتے	ایک عدد
ٹاٹ سفید زیرہ	ایک چائے کا چمچ
قصوری مٹھی	2 چائے کے چمچے
برادھیا (باریک کٹا ہوا)	1/4 پیالی
پسی ہوئی لال مرچ	ایک چائے کا چمچ
پسی ہوئی ہلدی	1/2 چائے کا چمچ
پسا ہوا گرم مصالحہ	2 چائے کے چمچے
نمک	ایک چائے کا چمچ
تل	1/2 پیالی

### ترکیب:

دہی میں تیل گرم کر کے لہسن اور مک اور مرغی منبری کریں۔ اس میں پیاز لوتھیں ٹاٹ کالی مرچیں دار چینی تج پتے لال مرچ ہلدی گرم مصالحہ اور سفید زیرہ ملا کر چھوئیں۔ اس میں دہی لہسن پانی اور نمک ڈال کر گوشت گھنے تک پکائیں۔ سالن گاڑھا ہونے پر اس میں مٹھی ہری مرچیں اور ہر ادھیا ڈال کر دم پر رکھ دیں۔





## FRIED FISH

### Ingredients:

Fish fillets  
Butter milk  
Refined flour (sieved)  
Red chilli powder  
Black pepper powder  
Lemon juice  
Carom seeds  
Salt  
Oil

400 grams  
400 grams  
1 cup  
1 tsp  
to taste  
1 tbsp  
1 pinch  
to taste  
for frying

### Method:

Marinate fish with red chillies, pepper, lemon juice, carom seeds and salt and keep aside for a little while.  
Coat fillets first with butter milk, then with flour.  
Heat oil in a wok and fry fish golden; remove.

## تلی ہوئی مچھلی

اجزاء:

لیموں کا رس  
ایک کھانے کا چمچ  
ایک ہنگلی  
نمک  
تیل  
تیل کے لئے

مچھلی کے قے 400 گرام  
لٹی 400 گرام  
میدہ (چھٹا ہوا) ایک پیالی  
ہی ہوئی لال مرچ ایک چائے کا چمچ  
ہی ہوئی کالی مرچ حسب ذائقہ

### ترکیب:

مچھلی کے ٹکڑوں پر لال مرچ، کالی مرچ، لیموں کا رس، اجوائن اور نمک ملا کر تھوڑی دیر کے لئے رکھ دیں۔ ٹکڑوں کو پہلے لٹی پھر میدے میں پیسٹ لیں۔ کڑا ہی میں تیل گرم کریں اور مچھلی کے ٹکڑے منبری حل کر نکال لیں۔



# Italiana

## Give Better Taste To Your Home Cooking...



# Italiana

### Cooking Chocolate Range

- Cooking White Chocolate
- Extra Cooked Dark Chocolate
- Smoothy Milk Chocolate
- Unsweetened Dark Cooking Chocolate

### Products Range

Cake Mix, Brownie Mix,  
Tempura Flour, Self Rising,  
Cocoa Powder,  
Cooking Chocolate,  
Sprinkles, Saffron Threads







## Fish Cakes

### Ingredients:

Fish fillet	1 kg
Bread	2 slices
Egg	1
Lemon juice	2 tbsp
Black pepper (crushed)	1/2 tsp
Breadcrumbs	1 cup
Mint leaves (chopped)	2 tbsp
Celery (chopped)	1 tbsp
Salt	1 tsp
Oil	for frying
Fresh coriander, mint leaves	for garnishing

### Method:

Rub salt on fish; boil for 5 minutes and strain.  
Mix breadcrumbs, fish, mint, celery, pepper, lemon juice and salt in a bowl; make small kebabs from this batter.  
Coat first with egg, then breadcrumbs.  
Heat oil in a frying pan and fry cakes golden from both sides; remove in a dish.  
Garnish with mint and fresh coriander; serve.

## فش کیکیس

اجزاء:

پودینہ (چوپ کیا ہوا)	2 کھانے کے چمچے
سٹیری (چوپ کی ہوئی)	ایک کھانے کا چمچ
نمک	ایک چائے کا چمچ
تیل	تیل کے لئے
پودینہ براؤنڈیا	سجائے کے لئے
ایک کلو	پھلی کے قے
2 سٹاکس	ڈبل روٹی
ایک عدد	انڈہ
2 کھانے کے چمچے	لیموں کا رس
1/2 چائے کا چمچ	تلی ہوئی کالی مرچ
ایک پیالی	ڈبل روٹی کا چورو

### ترکیب:

پھلی میں نمک ڈال کر 5 منٹ تک اُبال کر پانی چھان لیں۔ ایک پیالے میں ڈبل روٹی، پھلی، پودینہ، سٹیری، کالی مرچ، لیموں کا رس اور نمک ملا لیں۔ اس آمیزے کے چھوٹے کباب بنائیں۔ انہیں پہلے انڈے پھر ڈبل روٹی کے چورے میں لپیٹ لیں۔ فرائنگ تیل میں تیل گرم کریں اور کیکیس دونوں جانب سے سنہری تھ کر سرونگ ڈش میں نکالیں۔ اسے پودینے اور ہر سببھنے سے سجا کر پیش کریں۔





## Fried Chicken and Potatoes

### Ingredients:

Chicken breasts	1/2 kg
Potatoes	1/2 kg
Garlic/ginger paste	2 tsp
Paprika powder	1 tsp
Cumin powder	1 tsp
Coriander powder	1 tsp
Red chilli powder	1/2 tsp
Turmeric powder	1/2 tsp
Cornflour	4 tbsp
Red food colour	1 pinch
Lemon juice	2 tbsp
Egg white	1
Salt	1 tsp
Oil	1 cup
Chaat masala, fresh coriander (finely cut) for sprinkling	

### Method:

- Peel potatoes and cut into rounds.
- Heat oil in a wok and fry potatoes golden; remove.
- Cut chicken breasts into strips; marinate with garlic/ginger, paprika, coriander, cumin, red chillies, turmeric, egg white, lemon juice, cornflour, food colour and salt; keep aside for 1/2 hour.
- Reheat oil; add chicken and fry on high flame; add potatoes and leave on dum.
- Dish out Fried Chicken and Potatoes and sprinkle chaat masala and coriander; serve.

## تلی ہوئی مرغی اور آلو

اجزاء:

مرغی کے سینے	1/2 کلو
آلو	1/2 کلو
پہا ہوا پسن اور دک	2 چائے کے چمچے
بجیر کا پاؤڈر	ایک چائے کا چمچ
پہا ہوا دھنیا	ایک چائے کا چمچ
پہا ہوا سفید زیرہ	ایک چائے کا چمچ
پسی ہوئی لال مرچ	1/2 چائے کا چمچ
پسی ہوئی ہلدی	1/2 چائے کا چمچ
کارن فلوئر	4 کھانے کے چمچے
کھانے کا لال رنگ	ایک چمچی
لیمونس کا رس	2 کھانے کے چمچے
انڈے کی سفیدی	ایک عدد
نمک	ایک چائے کا چمچ
تیل	ایک پیالی
چاٹ مصالحہ ہرا دھنیا	(ہار یک کنا ہوا) چمڑے کے لئے

ترکیب:

آلوؤں کو چھیل کر کول کاٹ لیں۔ کڑا سی میں تیل گرم کریں اور آلو سنہری تل کر نکال لیں مرغی کے سینوں کی پٹیاں کاٹیں ان پر پسن اور دک، بجیر کا پاؤڈر دھنیا زیرہ لال مرچ ہلدی سفیدی لیمونس کا رس کارن فلوئر کھانے کا لال رنگ اور نمک ملا کر 1/2 گھنٹے کے لئے رکھ دیں۔ کڑا ہی کا تیل دوبارہ گرم کریں اس میں مرغی ڈال کر تیز آگ پر پٹھو نہیں پھرتے آلو ڈال کر دم پر رکھ دیں۔ مزیدار مرغی آلو ڈش میں نکالیں اسے چاٹ مصالحہ اور ہرا دھنیا چھڑک کر پیش کریں۔





# Tarka

## Mince Kulchay

### Ingredients:

Chicken mince	½ kg
Onion (finely cut)	1
Tomatoes (chopped)	4
Red chillies (crushed)	2 tsp
Ginger/garlic paste	2 tsp
Kulchay	4
Mozzarella cheese (grated)	1 cup
Cheddar cheese (grated)	1 cup
Water	1 cup
Salt	1 tsp
Oil	2 tbsp
Fresh coriander (chopped)	for sprinkling

### Method:

- Cook mince with garlic/ginger, water, onion, red chillie, tomatoes, oil and salt on low flame till dry.
- Fry mince thoroughly and remove from flame.
- Spread ½ cheddar cheese and ½ mozzarella cheese on kulchay; sprinkle small amount of mince on each and spread remaining cheddar and mozzarella cheese on top.
- Place in a baking tray and bake in a pre-heated oven at 200°C for 10 minutes; remove.
- Garnish Mince Kulchay with fresh coriander and serve.



## قیمے کے کچے

(بجڑا)

موزریا پیئر (کدو کش)	ایک پیالی	بجڑا	مرقی کا قیر
چنڈر پیئر (کدو کش)	ایک پیالی	ایک عدد	پیاز (باریک کٹی ہوئی)
پانی	ایک پیالی	4 عدد	ٹماٹر (چوپ کئے ہوئے)
نمک	ایک چائے کا چمچ	2 چائے کے چمچے	ٹکی ہوئی لال مرچ
تیل	2 کھانے کے چمچے	2 چائے کے چمچے	پسا ہوا بسن اور مک
ہر ادھنیا (چوپ کیا ہوا)	چمڑے کے لئے	4 عدد	تیار کچے

## ترکیب:

قیمے میں بسن اور مک پانی پیاز لال مرچ ٹماٹر تیل اور نمک ملا کر مکلی آٹے پر پانی خشک ہونے تک پکائیں۔ قیمے کو اچھی طرح سے ہٹھون کر چوبھا بندہ کر دیں۔ گھٹوں کے اوپر ½ موزریا اور ½ چنڈر پیئر پھیلا دیں اس پر تھوڑا تھوڑا قیر پھیلا کر باقی موزریا اور چنڈر پیئر پھیلا دیں۔ اسے بیکنگ ٹرس میں رکھ کر پہلے سے گرم اڈون 200°C پر 10 منٹ پکا کر نکال لیں۔ مزیدار کچے ہر ادھنیا چمڑک کر پیش کریں۔





## Spaghetti with Undercut

### Ingredients:

Undercut (strips)	1/2 kg
Spaghetti (boiled)	2 cup
Soya sauce	4 tbsp
White vinegar	2 tbsp
Cornflour (made into paste with water)	2 tbsp
Black pepper (crushed)	1 tsp
Capsicum	1
Fresh red chillies	6
Beef stock	1 cup
Oyster sauce	2 tbsp
Garlic (chopped)	2 tsp
Salt	1 tsp
Sesame oil	2 tbsp
Oil	1/4 cup
Fresh coriander (chopped)	for garnishing

### Method:

- Marinate undercut with vinegar, sesame oil and salt and keep aside for 1/2 hour.
- Heat oil in a wok and fry garlic on high flame; add stock, soya sauce, oyster sauce, pepper and salt and bring to boil.
- Gradually add cornflour till thick; add red chillies and capsicum and remove from flame.
- Layer serving dish with spaghetti and place undercut on top.
- Sprinkle fresh coriander and serve.

## انڈر کٹ والی اسپاگھتی

(جزا)

انڈر کٹ (پٹیاں)	پرا کلو	گائے کی پٹنی	ایک پیالی
اسپیگھتی (آلی ہوئی)	2 پیالی	اویسٹر ساس	2 کھانے کے چمچے
سویا ساس	4 کھانے کے چمچے	لبسن (پوپ کئے ہوئے)	2 چائے کے چمچے
سفید سرکہ	2 کھانے کے چمچے	نمک	ایک چائے کا چمچ
کارن فلوئر (پانی میں ملا ہوا)	2 کھانے کے چمچے	تل کا تیل	2 کھانے کے چمچے
ٹہنی ہوئی کالی مرچ	ایک چائے کا چمچ	تیل	1/4 پیالی
شملہ مرچ	ایک عدد	ہرا دھنیا (چوپ کیا ہوا)	چھڑکتے کے لئے
تازہ دال مرچیں	6 عدد		

ترکیب:

ایک پیالے میں انڈر کٹ 'سرکہ' تیل اور نمک ملا کر ڈال گھسنے کے لئے رکھ دیں۔ کڑا ہی میں تیل گرم کریں اور تیز آگ پر لبسن بھجھیں اس میں ٹہنی سویا ساس، اویسٹر ساس، کالی مرچ اور نمک ڈال کر آبل آئے تک پکائیں۔ اس میں آہستہ آہستہ کر کے کارن فلوئر ملائیں گاڑھا ہو جائے تو ال مرچ اور شملہ مرچ ملا کر چولہا بند کر دیں۔ سرونگ ڈش میں اسپاگھتی بچھائیں اس پر انڈر کٹ ڈالیں اور ہرا دھنیا چھڑک کر پیش کریں۔





# Tarka

## White Chocolate Rocky Road

### Ingredients:

White chocolate (melted)	400 grams
Pistachios (chopped)	50 grams
Walnuts (chopped)	50 grams
Marshmallows (chopped)	6
Compote (chopped)	50 grams
Vanilla essence	1/2 tsp
Cherries (chopped)	2 tbsp

### Method:

Mix pistachios, walnuts, marshmallows, compote, cherries and vanilla essence in chocolate.  
Brush oil on a pyrex dish and line with butter paper.  
Pour chocolate batter in it and refrigerate.  
When set, cut slices and serve.

## وائٹ چاکلیٹ روکی روڈ

اجزاء:

اشرفیاں (چوپ کی ہوئی) 50 گرام	سفید چاکلیٹ (پکھلی ہوئی) 400 گرام
وینلا ایسنس 1/2 چائے کا چمچ	پستے (چوپ کئے ہوئے) 50 گرام
جیرے (چوپ کی ہوئی) 2 کھاتے کے نمونے	افروٹ (چوپ کئے ہوئے) 50 گرام
	مارش میلو (چوپ کئے ہوئے) 6 عدد

ترکیب:

چاکلیٹ میں پستے، افروٹ، مارش میلو، اشرفیاں، جیرے اور وینلا ایسنس ملائیں۔ پائریکس کی ڈش کو پتھر کر کے پتھر کاغذ بچھائیں اس میں چاکلیٹ کا آمیزہ ڈال کر فریج میں رکھیں۔ جب ہم جاملے تو اس کے ٹکڑے کاٹ کر پیش کریں۔



**Shan**

*Just Perfect*



## FRESHNESS LOCKED FOR CONVENIENCE

Capturing only the finest Himalayan ginger and garlic, Shan pastes add a rich aroma and sublime taste to your food. That's why our ginger and garlic pastes are famously known to be the perfect cooking partners.

 [www.facebook.com/shanfoods](https://www.facebook.com/shanfoods) | [www.shanfoods.com](http://www.shanfoods.com)





## Prawn Kaftai

### Ingredients:

Prawns (minced)	1 cup
Cornflour	6 tbsp
Carrot (cut into rounds)	1/2 cup
Soya sauce	2 tbsp
Black pepper (crushed)	1 tsp
Capsicum (cubed)	1
Pineapple pieces	1 cup
Garlic (chopped)	2 tbsp
Dried, round red chillies	6
Tomato ketchup	1/2 cup
Pineapple juice	1 cup
Salt	to taste
Oil	3 tbsp + for frying

### Method:

- Mix prawns, carrot, soya sauce, pepper, 2 tbsp cornflour and salt in a bowl.
- Shape into small balls.
- Heat oil in a wok and fry balls golden; remove.
- Heat oil in a pot and fry garlic golden; add red chillies, tomato ketchup, pineapple juice and salt and cook for few minutes.
- Dissolve remaining cornflour in water and gradually add to pot till sauce thickens.
- Add prawn balls, capsicum, pineapple and salt and dish out.

## جھینگے کا فٹائی

اجزاء:

لہسن (چوپ کئے ہوئے) 2 کھانے کے چمچے	ایک پیالی
ٹشوکی کول لال مرچیں 6 عدد	6 کھانے کے چمچے
1/2 پیالی ٹماٹو کچپ	1/2 پیالی
ایک پیالی انناس کا جوس	2 کھانے کے چمچے
حسب ذائقہ	ایک چائے کا چمچ
3 کھانے کے چمچے + تلنے کے لئے	تیل
	شملہ مرچ (چوکور کٹی ہوئی) ایک عدد
	انناس کے ٹکڑے ایک پیالی

### ترکیب:

پالے میں جھینگے کا بڑا سویا ساس، کالی مرچ 2 کھانے کے چمچے، کارن فلوئور اور نمک ملائیں۔ اس آمیزے کے چھوٹے گولے بنائیں۔ کڑاہی میں تیل گرم کریں اور گولے سنہری تلی کر نکال لیں۔ دھنکی میں تیل گرم کر کے لہسن سنہری کریں اس میں ال مرچیں، ٹماٹو کچپ، انناس کا جوس اور نمک ڈال کر چھوٹے ٹکڑے بنائیں۔ باقی کارن فلوئور پانی میں گھولیں۔ اسے آہستہ آہستہ کر کے دھنکی میں شامل کریں۔ ساس گاڑھا ہو جائے تو گولے شملہ مرچ، انناس اور نمک ملا کر ڈش میں نکال لیں۔





## Almond Cookies

### Ingredients:

Refined flour (sieved)  
Butter  
Almonds (powdered)  
Almond essence  
Cold water  
Almonds (peeled)  
Icing sugar

1 cup  
¾ cup  
¼ cup  
1 tsp  
1 cup  
for garnishing  
¼ cup + for  
sprinkling

### Method:

- Mix all ingredients in a bowl with an electric beater.
- Gradually add water in the mixture and knead into dough.
- Line an oven-tray with butter paper; put blobs of batter on it and shape into discs.
- Press an almond in the centre of every biscuit.
- Bake in a pre-heated oven at 180°C for 10 minutes and remove.
- Sprinkle icing sugar on top and serve.

## بادامی کوکیز

### اجزاء:

ایک پیالی	ٹھنڈا پانی	ایک پیالی	میدہ (پستہ ہوا)
سجائے کے لئے	بادام (چھلے ہوئے)	¼ پیالی	تھکن
¼ پیالی + چمچر کئے کے لئے	بادام پس پی ہوئی چینی	¼ پیالی	بادام (پسے ہوئے)
		ایک چائے کا چمچ	بادام کا اسنس

### ترکیب:

ایک پیالے میں تمام اجزاء الیکٹرک میٹر کی مدد سے یکجان کر لیں۔ اس آمیزے میں آہستہ آہستہ پانی ملا کر آٹا گوندھ لیں۔ اوون کی ٹرے میں پکنا کاغذ بچھائیں اس پر تھوڑا تھوڑا سا آمیزہ رکھیں اور اسے ہاتھ کی مدد سے گولی کر لیں۔ ہر سکٹ پر ایک ایک بادام چپکادیں۔ ٹرے کو پہلے سے گرم اوون میں 180°C پر 10 منٹ تک پکا کر نکالیں اور چینی چمچرک دیں۔





## Afghani Burani

### Ingredients:

3 round eggplants (cut into rounds)	3
1/2 kg yogurt (whipped)	1/2 kg
1 onion (chopped)	1
4 tomatoes (chopped)	4
2 tbsp fresh coriander (chopped)	2 tbsp
1 bulb garlic	1 bulb
1 tsp black peppercorns (crushed)	1 tsp
10 green chillies	10
oil for frying	

### Method:

Heat oil in a frying pan and fry eggplants golden; remove. Pour yogurt in a dish and line dish edges with eggplants according to the picture.  
Heat oil in a saucepan; add garlic, onion, tomato, pepper and salt and cook till tomatoes are tender; add coriander. Fry thoroughly and pour on eggplant.  
Grind chillies in a blender and place on top of tomatoes; serve.

## افغانی برانی

اجزاء:

3 عدد	گول بیگن (تھوڑے)
1/2 کلو	دہی (کھینچی ہوئی)
1 ایک عدد	پیاز (چھپکئی ہوئی)
4 عدد	لہسن (چھپکئے ہوئے)
2 کھانے کے چمچے	ہرا دھنیا (چھپکایا ہوا)
1 ایک چمچی	لہسن
1 نئی ہوئی کالی مرچ	نئی ہوئی کالی مرچ
10 عدد	ہری مرچیں
تیل	تیل
تیل کے لئے	تیل کے لئے

### ترکیب:

فرانکچ پیچ میں تیل گرم کریں اور بیگن کے قتلوں کو سبھری مل کر نکال لیں۔ ایک ڈش میں دہی ڈالیں ڈش کے کنارے پر تصویر کے مطابق بیگن ترتیب سے سجادیں۔ ساس پیچ میں تیل گرم کریں۔ اس میں لہسن پیاز لہسن کالی مرچ اور نمک ڈال کر ٹھانڈا کر لیں۔ پھر اس میں ہرا دھنیا ملا لیں۔ اسے اچھی طرح سے ہلوان کر بیگن کے قتلوں پر ڈالیں۔ ہری مرچوں کو بلینڈر میں چھپک کر اسے ٹھانڈا کر اوپر ڈالیں اور پیش کریں۔



# پاک سوسائٹی ڈاٹ کام کی پیشکش

## یہ شمارہ پاک سوسائٹی ڈاٹ کام نے پیش کیا ہے

### ہم خاص کیوں لکھیں :-

- ✧ ہائی کوالٹی پی ڈی ایف فائلز
- ✧ ہر ای بک آن لائن پڑھنے کی سہولت
- ✧ ماہانہ ڈائجسٹ کی تین مختلف سائزوں میں اپلوڈنگ
- ✧ ہر ای بک کا ڈائریکٹ اور ریڑیوم ایبل لنک
- ✧ ڈاؤنلوڈنگ سے پہلے ای بک کا پرنٹ پریویو
- ✧ ہر پوسٹ کے ساتھ پہلے سے موجود مواد کی چیکنگ اور اچھے پرنٹ کے ساتھ تبدیلی
- ✧ مشہور مصنفین کی کتب کی مکمل ریج
- ✧ ہر کتاب کا الگ سیکشن
- ✧ ویب سائٹ کی آسان براؤزنگ
- ✧ سائٹ پر کوئی بھی لنک ڈیڈ نہیں
- ✧ سیریم کوالٹی، نارمل کوالٹی، کمپریسڈ کوالٹی
- ✧ عمران سیریز از مظہر کلیم اور ابن صفی کی مکمل ریج
- ✧ ایڈفری لنکس، لنکس کو میسج کمانے کے لئے شرنک نہیں کیا جاتا

**We Are Anti Waiting WebSite**

واحد ویب سائٹ جہاں ہر کتاب ٹورنٹ سے بھی ڈاؤنلوڈ کی جاسکتی ہے

➡ ڈاؤنلوڈنگ کے بعد پوسٹ پر تبصرہ ضرور کریں

➡ ڈاؤنلوڈنگ کے لئے کہیں اور جانے کی ضرورت نہیں ہماری سائٹ پر آئیں اور ایک کلک سے کتاب ڈاؤنلوڈ کریں

اپنے دوست احباب کو ویب سائٹ کا لنک دیکر متعارف کرائیں

# WWW.PAKSOCIETY.COM

Online Library For Pakistan



Like us on  
Facebook

[fb.com/paksociety](http://fb.com/paksociety)



[twitter.com/paksociety1](http://twitter.com/paksociety1)



NEW



ROMANO  
CLASSIC



*Home Fragrances*

Classic, Prestige, Urbane, Metro





## Cheese and Cauliflower Cutlets

### Ingredients:

Cauliflower flowers	1/2 cup
Cottage cheese (cubed)*	1/2 cup
Potatoes (boiled and mashed)	2
Breadcrumbs	1 cup
Eggs (beaten)	2
Red chilli powder	1 tsp
Onion (chopped)	1/4 cup
Green chillies (chopped)	2 tbsp
Fresh coriander (chopped)	1/4 cup
Tamarind pulp	1/4 cup
Cumin seeds (roasted and crushed)	1 tbsp
Salt	to taste
Oil	for frying
Broccoli	for decoration

### Method:

Heat 2 tbsp oil in a frying pan; fry cauliflower flowers; remove.  
Mix all ingredients except cauliflower and cheese in a bowl.  
Spread little batter on palm, put one flower and one cube cheese in centre and shape into kebab.  
Repeat process to make more kebabs.  
Coat first with eggs, then breadcrumbs.  
Heat oil in a frying pan and fry cutlets golden from both sides; dish out.  
Decorate dish with broccoli

## پنیر اور گو بھی کے کٹلٹس

اجزاء:

ہری مرچیں (چوپ کی ہوئی) 2 کھانے کے چمچے	1/2 پیالی	پھول گو بھی کے پھول
ہرا دھنیا (چوپ کیا ہوا) 1/4 پیالی	1/2 پیالی	پیاز (چوڑا کرنا ہوا)
اٹلی کا گودا 1/2 پیالی	2 عدد	آلو (آپلے اور بھر دے گئے ہوئے)
بھنا اور کٹنا ہوا سفید زیرہ ایک کھانے کا چمچ	ایک پیالی	ڈش روٹی کا پتھر
حسب ذائقہ نمک	2 عدد	اٹلے (پھینے ہوئے)
تلنے کے لئے تیل	ایک چائے کا چمچ	پسی ہوئی لال مرچ
سجائے کے لئے برہیلی	1/2 پیالی	پیاز (چوپ کی ہوئی)

ترکیب:

فرائنگ چین میں 2 کھانے کے چمچے تیل گرم کریں اور پھول گو بھی تل کر نکال لیں۔ ایک پیالے میں علاوہ گو بھی اور پیاز تمام اجزاء ملا لیں۔ پتیلی پر آلو کا تھوڑا سا آمیزہ لیں۔ اس کے درمیان میں ایک گو بھی کا پھول اور پیاز کا ٹکڑا رکھ کر اسے کباب کی شکل دے دیں۔ اس عمل کو دہراتے ہوئے سارے آلو کے کباب بنالیں۔ انہیں پہلے اٹلے پھر ڈش روٹی کے پتھر سے تل لیت لیں۔ فرائنگ چین میں تیل گرم کریں اور کٹلٹس کو دونوں جانب سے سنہری تل کر ڈش میں نکالیں ڈش گو بھی سے سجادیں۔



# گڈیل جیت اور

مہراں لایا قیمتی انعامات!

اپنے موبائل سے MSFI لگھیں <space> دیں، پن نمبر لگھیں  
<space> دیں، شہر کا نام لگھیں اور 5892 SMS کریں۔  
جیتیں ہر SMS پر کچن ٹیس، موبائل بیلنس اور دیگر قیمتی انعامات۔\*

Recipes & Tips

فہر دِلوت پہ راج کرنے کا!







## Cashew nut and Chicken Salad

### Ingredients:

Chicken pieces (boneless and boiled)	3
Cashew nuts	1 cup
Tie Pasta (boiled)	2 cups
Brown sugar	1/4 cup
Lemon juice	3 tbsp
White vinegar	1 tbsp
Fresh cream	2 cups
Black pepper (crushed)	1/4 tsp
Celery (chopped)	2 cups
Capsicum (finely cut)	1/2 cup
Onion (finely cut)	1
Salt	1 pinch

### Method:

- Mix brown sugar, pepper, cream, lemon juice, vinegar and salt in a bowl.
- Mix pasta, capsicum, onion, chicken and celery in a separate bowl and dish out.
- Pour cream dressing over the salad and garnish with cashew nuts.

## کاجو اور مرغی کا سلاد

### اجزاء:

3 عدد	مرغی کی بوئیاں (بغیر ہڈی آلی ہوئی)
ایک پیالی	کاجو
2 پیالی	ٹائی پاستا (آبلا ہوا)
1/4 پیالی	برائون چینی
3 کھانے کے چمچے	لیمونس کا رس
ایک کھانے کا چمچ	سفید سرکہ
2 پیالی	تازہ کریم
1/4 چائے کا چمچ	کٹی ہوئی کالی مرچ
2 پیالی	سلبری (چوپے کی ہوئی)
1/4 پیالی	شملہ مرچ (باریک کٹی ہوئی)
ایک عدد	پیاز (باریک کٹی ہوئی)
ایک چٹکی	نمک

### ترکیب:

ایک پیالے میں برائون چینی، کالی مرچ، کریم، لیمونس کا رس، سرکہ اور نمک ملا لیں۔ ایک علیحدہ پیالے میں پاستا، شملہ مرچ، پیاز، مرغی اور سلبری ملا کر ڈش میں نکالیں اس کے اوپر کریم کا آمیزہ ڈالیں اور کاجو سے سجادیں۔





## Tomato and Sausages Pasta

### Ingredients:

Fettuccine pasta (boiled)	2 cups
Onion (finely cut)	1
Garlic (chopped)	3 cloves
Sausages	4
Tomatoes (chopped)	2
Cherry tomatoes	6
White vinegar	2 tbsp
Black pepper (crushed)	1/4 tsp
Basil leaves	1/2 cup
Salt	3/4 tsp
Olive oil	3 tbsp
Basil leaves, Parmesan cheese (grated)	for sprinkling

### Method:

- Heat oil in a wok and fry onion and garlic.
- Add sausages and cook for few minutes; add tomatoes, vinegar, pepper, basil and salt.
- Arrange pasta in a serving dish; place sausages in the centre; sprinkle basil leaves and cheese on top and serve.

## ٹماٹر اور ساسیجز والا پاستا

### اجزاء:

2 پیالی	فیتھوچینی پاستا (ابلا ہوا)
ایک عدد	پیاز (باریک کٹی ہوئی)
3 جوے	ہسٹن (چوپ کئے ہوئے)
4 عدد	ساجیجز
2 عدد	ٹماٹر (چوپ کئے ہوئے)
6 عدد	چیری ٹماٹر
2 کھانے کے چمچے	سفید سرکہ
1/4 چائے کا چمچ	نئی ہوئی کالی مرچ
3/4 پیالی	ہسٹن کے پتے
1/4 چائے کا چمچ	نمک
3 کھانے کے چمچے	زیتون کا تیل
	ہسٹن کے پتے پارمیڈان پنیر (گودا پنیر) چھڑکنے کے لئے

### ترکیب:

کڑا ہی میں تیل گرم کر کے پیاز اور ہسٹن بھونئیں اس میں ساجیجز ڈال کر چند منٹ تک پکائیں پھر ٹماٹر سرکہ کالی مرچ، ہسٹن اور نمک ملائیں۔ سرکہ وٹس میں پاستا رکھیں اس کے درمیان میں ساجیجز ڈالیں اور ہسٹن کے پتے اور پنیر چھڑک دیں۔





## Chicken Burger

### Ingredients:

Chicken mince	200 grams
Round buns	2
Onion (cut into rounds)	1
Onions, green chillies (finely cut)	2 each
Black pepper (crushed)	1/4 tsp
Red chilli powder	1/2 tsp
Hot spices powder	1/2 tsp
Ginger (finely cut)	1-inch piece
Soya sauce	1 1/2 tbsp
Chilli sauce	3 1/2 tbsp
Egg	1
Mayonnaise	5 tbsp
Fresh coriander (chopped)	2 tbsp
Oil	3 tbsp
Salt	to taste
Butter	2 tbsp
Mayonnaise, iceberg lettuce,	as required

### Method:

- Mix 1/2 finely cut onion, green chillies, hot spices, pepper, red chillies, ginger, 1/2 soya sauce, 1/2 chilli sauce, 1/2 mayonnaises, egg, fresh coriander and salt in mince; freeze for 10 minutes.
- Make two kebabs from mince; heat oil in a frying pan and fry kebabs golden from both sides; remove.
- In same frying pan add remaining 1/2 onion, remaining soya sauce and chilli sauce; cook for 2 minutes and remove.
- Cut buns into halves; apply little butter on insides and roast on an iron griddle.
- Layer bottom halves of buns with iceberg lettuce, kebab, onion rings and cheese; spread remaining mayonnaise on top and cover with other halves.

## چکن برگر

اجزاء:

مرقی کا قیمہ	200 گرام	چلی ساس	3 1/2 کھانے کے چمچے
کول بین	2 عدد	انڈہ	ایک عدد
بڑی پیاز (گول کٹی ہوئی)	ایک عدد	مائیٹیز	5 کھانے کے چمچے
پیاز ہری مرچیں	2 عدد	ہرا دھنیا (چوپ کیا ہوا)	2 کھانے کے چمچے
(باریک کٹی ہوئی)		تیل	3 کھانے کے چمچے
نئی ہوئی کالی مرچ	1/2 چائے کا چمچ	نمک	حسب ذائقہ
نہیں ہوئی لال مرچ	1/2 چائے کا چمچ	کھن	2 کھانے کے چمچے
پسا ہوا گرم مصالحہ	1/2 چائے کا چمچ	مائیٹیز آکس برگ لیس	حسب ضرورت
اوریگ (باریک کٹی ہوئی)	ایک اچھ کا گولا	پیچر کے سلائس	
سویا ساس	1 1/2 کھانے کے چمچے		

### ترکیب:

ایک پیالے میں قیمہ 1/2 باریک کٹی ہوئی پیاز ہری مرچیں، کالی مرچ، گرم مصالحہ، لال مرچ، اوریگ، پسا ہوا سویا ساس، پڑا چلی ساس، پڑا مائیٹیز، انڈہ، ہرا دھنیا اور نمک ملا کر 10 منٹ کے لئے ڈھپ فریزر میں رکھ دیں۔ فرائنگ ٹین میں تیل گرم کریں۔ تیل کے 2 کباب بنائیں اور انہیں دونوں جانب سے سبھری تل کر نکال لیں۔ اس فرائنگ ٹین میں باقی پیاز، باقی سویا ساس اور باقی چلی ساس ڈال کر 2 منٹ تک پکا کر نکال لیں۔ بن گولائی میں درمیان کاٹیں، ان کے دونوں حصوں پر تھوڑا سا کھن لگا کر توڑے پر سینک لیں۔ بن کے نچلے حصوں پر پہلے آکس برگ لیس، پھر کباب، گول کٹی ہوئی پیاز، پیچر رکھیں، اس پر باقی مائیٹیز ڈال کر اوپری حصے پر رکھ دیں۔





## Strawberry Pie

### Ingredients:

Refined flour (sieved)	1 ¼ cup
Icing sugar	2 tbsp
★ Butter (unsalted)	½ cup
Ice cold water	4 tbsp
Egg (beaten)	½
Salt	1 pinch

### Filling Ingredients:

Strawberries (cut in halves)	1 cup
Chocolate (melted)	½ cup
Strawberry jelly crystals	350 grams
Strawberries, fresh cream (whipped)	for garnishing

### Method:

- Mix flour, sugar, egg and butter in a bowl with a fork till crumbly.
- Add water and knead into dough; refrigerate for 1 hour.
- Roll out into a disc and set in a deep Pyrex dish; place butter paper over it and put kidney beans on top.
- Bake dish in a pre-heated oven at 180°C for 20 minutes; remove paper and beans and allow to cool.
- Remove from dish and layer with melted chocolate; refrigerate for a little while; layer with strawberries.
- Heat 1 cup water in a saucepan and dissolve jelly crystals; allow to cool.
- Pour jelly on top of strawberries and refrigerate to set.
- Garnish pie with cream and strawberries and serve.

★ Use refrigerated butter

## اسٹرابیری پائی

اجزاء:

1 ¼ پیالی	میدہ (چھنا ہوا)
2 کھانے کے چمچے	باریک پس پی ہوئی شینی
½ پیالی	★ بغیر تک کاٹھن
4 کھانے کے چمچے	برف کا پانی
½ عدد	انڈہ (پھیننا ہوا)
ایک چمچ	نمک

بھرنے کے اجزاء:

ایک پیالی	اسٹرابیری (درمیان سے کٹی ہوئی)
½ پیالی	پکھلی ہوئی چاکلیٹ
350 گرام	اسٹرابیری جلی کریٹل
سجائے کے لئے	اسٹرابیری، تازہ کریم (پھینٹی ہوئی)

ترکیب:

پیالے میں میڈہ، چینی، انڈہ اور کٹھن کی مدد سے ڈبل روٹی کے پوزے کی طرح سے کر لیں پھر پائی شامل کر کے اسے گوندھیں اور ایک گھنٹے کے لئے فریج میں رکھ دیں۔ اس کی روٹی نیل کر لیں پائی ڈش پر سیٹ کر دیں پھر پینا کاغذ رکھ کر لویا رکھ دیں۔ ڈش کو پہلے سے گرم اودن میں 180°C پر 20 منٹ تک بکا کر نکالیں اور ٹھنڈا ہونے کے لئے رکھ دیں۔ اسے ڈش سے نکالیں اس پر پکھلی ہوئی چاکلیٹ کی تھلا کر تھوڑی دیر کے لئے فریج میں رکھ دیں۔ اس پر اسٹرابیری کی تھلا لگائیں۔ سس چین میں ایک پیالی پانی گرم کریں اور جلی کرٹل گھول کر تھوڑا شٹل کریں اور اسٹرابیری پر ڈال کر فریج میں جھنکے کے لئے رکھ دیں۔ مزیدار پائی کریم اور اسٹرابیری سے سجا کر پیش کریں۔

★ کٹھن فریج میں رکھا ہوا استعمال کریں۔





## Carabon

## کیرابون

### Ingredients:

Condensed milk	1 cup
Butter	2 tbsp
Melted chocolate	1 cup

### اجزاء:

ایک پیالی	کنڈینسڈ ملک
2 کھانے کے چمچے	بکھن
ایک پیالی	پگھلی ہوئی چاکلیٹ

### Method:

- \* Cook condensed milk and butter in a Pyrex dish in a microwave oven for 3 minutes; stir with a spoon after every 10 seconds.
- \* When milk turns golden remove from microwave.
- \* When cool, make small balls and coat with chocolate.
- \* Put chocolates in paper cups and refrigerate.

### ترکیب:

ایک پائریکس کی ڈش میں کنڈینسڈ ملک اور بکھن ڈال کر مائیکرو ویو اوون میں 3 منٹ کے لئے گرم کریں۔ اس دوران ہر 10 سیکنڈ کے بعد چمچ چلائیں۔ جب آمیزہ سنہری ہو جائے تو اسے مائیکرو ویو اوون سے نکال لیں۔ جب تھوڑا سا ٹھنڈا ہو جائے تو اس کی چھوٹی چھوٹی گیندیں بنائیں اور چاکلیٹ میں لپیٹ لیں۔ چاکلیٹس کو کافین کی پیالیوں میں رکھ کر فریج میں رکھ دیں۔





# COOSUR

دوا - غذا - شفاء



Consumed **50%** Less than Ordinary Cooking Oils. Hence COOSUR OLIVE OIL is economical for all your exquisite cooking, frying and dressing needs.







## LIVELY WEEKENDS

### Malaysian Curry

#### Ingredients:

Chicken pieces (boneless)	½ kg
Onions	2
Yogurt	1 cup
Ginger/garlic paste	2 tsp
Coconut milk	1 cup
Green chillies	4
Lemon juice	4 tbsp
Turmeric powder	1 tsp
Fennel powder	1 tsp
Curry leaves	6
Salt	to taste
Dried, round red chillies	6
Oil	½ cup
Fresh coriander	4 tbsp

#### Method:

- Blend yogurt, onion and green chillies in a blender and remove in a bowl.
- Add chicken pieces and remaining ingredients; keep aside for ½ hour.
- Cook in a pot on low flame till dry.
- Add coconut milk and cook for few minutes; dish out.
- Heat oil in a frying pan and fry red chillies and curry leaves; pour on dish; serve hot.



### ملائیشین کری

اجزاء:

درا کھو	مرقی کی بوئیاں (بغیر ہڈی)
2 عدد	پیاز
ایک پیالی	دہی
2 چائے کے چمچے	پنسا ہوا لہسن اور لک
ایک پیالی	ناریل کا دودھ
4 عدد	ہری مرچیں
4 کھانے کے چمچے	لیہوں کا رس
ایک چائے کا چمچ	نہی ہوئی بلدی
ایک چائے کا چمچ	نہی ہوئی سواف
6 عدد	کڑھی پتے
6 عدد	سوی گول لال مرچیں
حسب ذائقہ	نمک
½ پیالی	تیل
4 کھانے کے چمچے	ہر ارضیا

ترکیب:

بلنڈر میں دہی پیاز اور ہری مرچیں ملا کر پیسٹیں اور ایک پیالے میں نکال لیں۔ اس میں مرقی کی بوئیاں اور باقی اجزاء ملا کر برا کھنے کے لئے رکھ دیں۔ اسے دیکھی میں ڈالیں اور ہلکی آگ پر پانی خشک ہونے تک پکائیں۔ اس میں ناریل کا دودھ ملا کر چند منٹ تک پکائیں پھر دس میں نکال لیں۔ فرا کنگ چین میں تیل گرم کر کے لال مرچیں اور کڑھی پتے جل کر دس پر ڈالیں اور گرما کر مچھڑ کریں۔



# طبی مشورے

حاذق البند حکیم سید ظفر یاب علی شاہ دہلوی کے پوتے  
رئیس اعظم طبیب العصر حکیم سید ظفر عسکری کے صاحبزادے

پروفیسر ڈاکٹر حکیم سید اے این عسکری

پاکستان BUMS امریکہ PH.D, D.D, MDH, NMD, MD امریکہ

شاہی طبیب عمانے دین سلطنت عزت مآب نواب آف جوٹا گڑھاٹ



360 سالہ  
تجربہ و خدمات



عزت مآب جناب نواب آف جوٹا گڑھاٹ جہانگیر خاں، سپہ سالار، شہنشاہ حضرت سلطان بادشاہ  
حضرت سلطان احمد علی صاحب پروفیسر حکیم سید اے این عسکری کیساتھ ملاقات کے موقع پر

## خاص امراض کا علاج

حضور خاتم المرسلین تمام اقسام و ام کے لئے ایک نسخہ شفاء لے کر آئے۔ آپ کا یہ  
آخری معجزہ دہلی شرق و مغرب اور شمال و جنوب میں نئے والی قوم کے لئے  
کیا گیا شفاء بخش ہے۔ جب بھی اور جس قوم نے بھی اس حیات آفریں نسخہ کو  
جز جان بچا یا اس سے حیات ناز حاصل کی۔

## مواضع العقب (انفک و زکریا)

سال۔ جناب پروفیسر حکیم سید عسکری صاحب بھری عمر 42 سال ہے میں احادی  
سال سے دل کے مرض میں مبتلا ہوں دن میں کسی بھی وقت دل آواز شروع ہوتا  
ہے مانتے پر نہیں آتا ہے اور بے سہارے ہو کر کمر پر لیٹ جاتا ہوں کچھ دیر بعد طبیعت  
درست ہو جاتی ہے کبھی کبھی دل میں درد آتا ہے جو کمر اور بازو کی طرف جاتا ہے یہ  
اور کبھی شہ یہ اور کبھی ہلکے ہوتا ہے سچ گرائی و چرٹ میں ڈاکٹر نے دل کی دوا شریا  
نیم بند ہونے کی قسم لی ہے میں ہائے پاس سے ڈرتا ہوں میرے ایک دوست  
نے بتایا کہ سات سال قبل اس کی حالت بھی ایسی ہی تھی اس نے آپ سے علاج  
کروایا اور وہ اب تک نارل ہے اور میرے بھائی جیسے دل کا مرض لاحق تھا تین  
سال قبل ڈاکٹر نے ہائے پاس کا کما تھا مگر میرے دوست کے امر پر آپ سے  
دوا ڈیو قلب خاص منگو کر استعمال کیا اور وہ اللہ کے فضل سے باقی صحت یاب رہا  
برائے کرم آپ مجھے بھی نسخہ قلب خاص تجویز فرما کر میرے اس پتہ پر ارسال کر دینا  
میں تازہ کی آپ کو دعا میں دوں گا (میں نے رپورٹس ای میل کر دی ہیں)

نواب۔ عبدالعزیز دارقی صاحب آپ کی تمام رپورٹس دیکھنے کے بعد آپ کیلئے  
انتخاب قلب کا بہترین نسخہ خاص تجویز کیا ہے 90 دن استعمال کر لیں انشاء اللہ دل کا  
مرض تا حیات نہ ہوگا۔

## اندرین امراض کا علاج (عسکری)

(دہلی) انعام کراچی 21 سال، مزاج دہلی 22 سال، فقیر خان شاہ 18 سال)  
(ایلیا نیل منی بھارت 21 سال) (باز خان مردان 19 سال)  
(زویہ قمر لاہور 18 سال) (صاگر کراچی 20 سال) (عارف جاوید  
کوئٹہ 22 سال)  
سال۔ ان تمام 4 عرین کا ہائے کورس کے استعمال سے انکے قدم میں حیرت انگیز  
تجزی سے اضافہ شروع ہو گیا ہے اور یہ اپنے علاقے سے بہت خوش ہیں اور یہ کہتے  
ہیں کہ خدا کا شکر ہے ہمارا احساس کثرتی قسم ہو گیا ہے اور انشاء اللہ اگر ہمارے قدم میں  
اضافہ قیامت تیزی سے ہوتا ہوا تو ہم جلد ہی بڑے قدم والوں میں شمار ہو جائے گئے ہم  
آپ کے تبدیل سے متفکر ہیں۔

نواب۔ کورس کو قسم ہونے سے پہلے منگو لیں انشاء اللہ ہر ماہ قدم میں 2 انچ تک کا  
اضافہ قیامت سے اس کا جواب 90 دن استعمال کریں انشاء اللہ 4 سے 6 انچ تک  
قدم بڑھے گا دوا دہلی مکمل تازہ عمل سبزیوں وغیرہ اور دوش حیران کی کھیل کو میں حصہ  
لیں اور خوش رہیں۔ حصہ، نصرت، کینڈا اور بعض سے نہیں۔ بی بی مانی خاں زارا کریں۔  
100% نتائج حاصل کرنے کے لئے اپنے معالج کی ہدایت پر 100% عمل  
کریں اور حیرت انگیز نتائج حاصل کریں۔

## موتا ہے کے مسائل

(کاشف کراچی 20 سال، پیش 23 سال، مڈیاں خیامی 18 سال)  
(انیل جاوید لاہور بھارت 21 سال) (اسامیل خان پشاور 19 سال)  
(زویہ قمر لاہور 18 سال)

یہ سب خواہتیں تھیں کہ وہ اپنے موتا پنے کی وجہ سے بے حد پریشان تھیں اور کسی  
محل میں جانے سے کھاتی تھیں کہیں تھیں کہ انشاء اللہ میں جانیں اپنے آپ کو بڑا کر  
نے کی تمام تدابیر کر چکی تھیں مگر ہماری خوشی کی انتہا نہیں ہے حکیم صاحب کے تجویز

کر وہ سلیف کورس کے چند ماہ کے استعمال سے ان سب کا وزن تیزی سے کم ہوا  
۔ (فیصلہ شاہ، دہلی) کہتے ہیں کہ تین ماہ کے سلیف کورس سے 23KG وزن کم  
ہوا، صاگر (دہلی) لاہور 14KG وزن کم ہوا، ایلیا نیل (دہلی) تین ماہ  
و میں 22KG وزن کم ہوا، مسز فیمل (سعودی عرب) ایک ماہ میں سلیف کورس  
سے 07KG وزن کم ہوا، مسز سلیم جعفری (بنگلور بھارت) تین ماہ میں 21KG  
وزن کم ہوا، مسز میر خان (کینیڈا) 18KG، عارفہ (جوا گڑھاٹ بھارت)  
35KG، شہناز زب (کراچی) نے 27KG وزن کم کیا۔

سال۔ سیدہ یحسان (پشاور) حکیم صاحب جاویدی ایک 11 ماہ میں بہت کم ہوتی ہے  
انکے ساتھ لیکور کی بھی شکایت رہتی ہے جسم اور چہرے پر فاضل پال اور رنگت سے  
ہی مائل ہو رہی ہے تین سال قبل میرا وزن 52KG تھا جب کہ میرا  
وزن 115KG ہے شدید الجھن کی فکار ہوں شہ کیلئے یہ مسئلہ حل فرما دیں میں  
تازہ کی آپ کی مشکور ہوگی۔

نواب۔ محترمہ سیدہ یحسان صلیب آپ جتنا بولیں سسٹم کی خرابی اور ہارمونز کی خرابی کی  
فکار ہیں جس کی وجہ سے وزن کم کرنے کی ادویات اور دوش کا رگڑا ثابت نہیں ہے  
دہلی کورس منگو لیں انشاء اللہ 6 ماہ کے علاج سے آپ اپنی 5 سال پہلے والی پوزیشن  
پر واپس آ جائیں گی۔

دوبلہ لبرار، لاہور کے عزیز ہیں سے 10 ماہ پہلے یہ باطل طبیب کہتے تھے  
نوٹ: رقم آن لائن MCB بینک  
اکاؤنٹ نمبر 114902010030421  
عسکری بینک اکاؤنٹ نمبر 0320207894 یا ذریعہ  
ایزی پیسہ ارسال کر کے مکمل ایڈریس ایس ایم ایس یا ای میل کر دیں  
شفاء منجانب اللہ

موتا پا کورس پر صرف 6,500/- گوری رنگت، کیل، مہاسوں، جھریوں، چھانٹوں کے خاتمے کیلئے خصوصی ڈاکاؤنٹ صرف 6,500/- شوگر، امراض قلب، ہپاٹائٹس، قانچ، لٹو، کینسر، میو، جوڑوں کے درد،  
ریزہ کی ہڈی، مکر کے مہرے، خواتین کے امراض اور (رحم) کی سیسٹ، بریسٹ کینسر، خرابی ایام، لیکور یا زنا نہ مردانہ یا نچھ پن کے مریض اپنی رپورٹس کے ہمراہ تشریف لائیں یا ای میل کریں  
کراچی، روہلپنڈی، اسلام آباد اور لاہور کے مریض مرض کی تشخیص اور علاج کیلئے کال یا ای میل کے ذریعے اپنا نمٹ لے سکتے ہیں۔

**ASKARI HERBAL'S** Health & Beauty Clinic  
Help Line 0333-2151933 E-mail: askariherballab@gmail.com Facebook/DrASKARI Skype/dr.askari  
CLINICS: Islamabad 0305-2799901, Lahore Old City Pani Wala Talab 0312-3419070  
ایم اے جناح روڈ 10/10/5، لاہور، ایم اے جناح روڈ کراچی فون: 021-32723680 | پتیش فیہ 1st فلور، 27th سٹریٹ، پلاٹ نمبر C-21، توہید کمرشل ایریا، ڈی ایچ اے، کراچی فون: 35834872





# LIVELY WEEKENDS



## Mint Chocolate Cupcakes

### Ingredients:

Refined flour (sieved)	225 grams
Baking powder	1 tbsp
Cocoa powder	4 tbsp
Castor sugar	225 grams
Butter	225 grams
Eggs	4
Mint essence	1 tsp
Chocolate chips	100 grams

### Icing ingredients

Icing sugar	225 grams
Mint essence	1 tsp
Green food colour	few drops
Butter	125 grams
Big chocolate chips	for garnishing

### Method:

Mix butter, sugar and eggs in a bowl with an electric beater.  
Add flour, essence, cocoa powder, baking powder and chocolate chips and mix with a spoon.  
Get paper-cups in a muffin tray: fill batter with a spoon in cups. Bake in a pre heated oven at 160°C for 20 minutes.  
Mix icing ingredients in a bowl with an electric beater. Fill piping bag with it and decorate cupcakes with icing. Arrange chocolate chips on top. Serve.

## منٹ چاکلیٹ کپ کیکیس

اجزاء:

225 گرام	چاکلیٹ چھپس	100 گرام	چاکلیٹ چھپس
225 گرام	ایک کھانے کا چمچ	آئسنگ کے اجزاء:	
4 کھانے کے چمچ	پارک پیسی ہوئی چھپس	225 گرام	پارک پیسی ہوئی چھپس
225 گرام	پودینے کا ایسنس	ایک چائے کا چمچ	پودینے کا ایسنس
225 گرام	برابر تک	چند قطرے	برابر تک
4 عدد	کھسن	125 گرام	کھسن
ایک چائے کا چمچ	پودینے کا ایسنس	بڑے والے	چاکلیٹ چھپس
		سجانے کے لئے	

### ترکیب:

ایک پیالے میں کھسن، چھپس اور انڈوں کو ایکسٹرک بیٹر کی مدد سے یکجان کر لیں۔ اس میں میدہ، ایسنس، کوکو پاؤڈر، ٹیکنک پاؤڈر اور چاکلیٹ چھپس ڈالیں اور پیچھے کی مدد سے ملا لیں۔ مٹھن تڑے میں بچہ کھس سیٹ کریں اس میں پیچھے کی مدد سے آمیزہ ڈالیں اور تڑے کو پھٹے سے گڑھ ۱۰۰ میں 160°C پر 20 منٹ تک پکا کر نکال لیں۔ ایک پیالی میں آئسنگ کے اجزاء ایکسٹرک بیٹر کی مدد سے یکجان کر لیں۔ اسے پائپنگ بیگ میں بھر کر کپ کیکیس کے اوپر چھپس ان پر چھپس چھپس لگا کر پیش کریں۔





## وہی مزہ ہر بار

شان نے بدلا ہے اپنا انداز، نئے شوخ رنگوں کے ساتھ





## LIVELY WEEKENDS

### Potato, Peas and Raisin Kebabs

#### Ingredients:

Peas (boiled and mashed)	½ kg
Potatoes (boiled and mashed)	½ kg
Ginger (chopped)	1 tbsp
Desiccated coconut	½ cup
Green chillies (chopped)	1 tbsp
Fresh coriander (chopped)	½ bunch
Raisins	1 tbsp
Lemon juice	3 tbsp
Salt	to taste
Oil	as required
Lettuce (finely cut)	or decoration

#### Batter ingredients

Gram flour (sieved)	½ cup
Refined flour	3 tbsp
Red chilli powder	1 tsp
Baking soda	1 pinch
Turmeric powder	¼ tsp
Salt	to taste
Oil	1 tbsp + for frying

#### Method:

- Mix peas, coconut, raisins, ginger, coriander, green chillies, lemon juice and salt in a bowl.
- Spread little potato on your palm; put little pea mixture in the centre and shape into small kebab. Repeat process to make more kebabs.
- Mix batter ingredients in a bowl. Coat kebabs with it.
- Heat oil in a wok and fry kebabs golden; dish out.
- Decorate dish with lettuce and serve.

### آلو اور مٹر کے کشمشی کباب

اجزاء:

مٹر (اُبلے اور بھرتے کئے ہوئے)	½ کلو
آلو (اُبلے اور بھرتے کئے ہوئے)	½ کلو
ادک (چوپ کی ہوئی)	ایک کھانے کا چمچ
پنا ہوتا۔ ٹیل	½ کلو
ہری مرچیں (چوپ کی ہوئی)	ایک کھانے کا چمچ
ہر اوضیا (چوپ کیا ہوا)	½ کلو
کشمش	ایک کھانے کا چمچ
لیون کارس	3 کھانے کے چمچ
نمک	حسب ذائقہ
تیل	حسب ضرورت
سلاو پتے (باریک کئے ہوئے)	سبانے کے لئے

آمیڑے کے اجزاء:

بیسن (چھٹا ہوا)	½ کلو
میدہ	3 کھانے کے چمچ
بسی ہوئی لال مرچ	ایک چائے کا چمچ
کھانے کا سوڈا	ایک چٹکی
بسی ہوئی بلدی	½ کلو
نمک	حسب ذائقہ
تیل	ایک کھانے کا چمچ
تیلنے کے لئے	تیل

ترکیب:

ایک پیالے میں مٹر، تیل، کشمش، ادک، اوضیا، ہری مرچیں، لیون کارس اور نمک ملا لیں۔ پتھلی پتھور سا آلو لیں اس کے درمیان میں تھوڑا سا مٹر کا آمیزہ ڈالیں اور کباب بنالیں۔ اس عمل کو دہراتے ہوئے پورے آمیزے کے کباب تیار کر لیں۔ ایک پیالے میں آمیڑے کے اجزاء ملا لیں کباب اس میں پھینکیں لیں۔ کڑا ہی میں تیل گرم کریں اور کباب سبھری گل کر دوش میں نکال لیں دوش کو سلاو پتوں سے سجاکر پیش کریں۔



Winning hearts  
for generations

# coroli®

The Original Cooking Oil

*Experience the Goodness of Nature*  
*Coroli Corn oil makes your food delicious and healthy.*



Asif  
1974



Coroli cooking oil





## چھوٹی سی اجوائن بے شمار فوائد

کھانوں کو ذائقہ دار بنانے کے ساتھ اجوائن کھانا ہضم کر کے بھوک بڑھاتی ہے

لیموں کے رس میں ڈالیں اور اسے سائے میں رکھ کر نکھائیں۔ اس میں تھوڑا سا کالا نمک ملائیں اور نیم گرم پانی کے ہمراہ دن میں 3 مرتبہ کھائیں۔ اگر پیٹ میں مستقل درد رہتا ہے تو ایک چائے کا چمچ سونف اور 2 چائے کا چمچ اجوائن کو 2 پیالی پانی میں بھلی آٹے پر 5 منٹ تک پکائیں۔ ٹھنڈا ہو جانے پر اسے چھائیں اور ہر کھانے کے بعد ایک پیالی پئیں۔ گیس کی بیماری سے چھٹکارا پانے کے لئے اور کھانا پانے اور کھانا کھانے کے بعد ایک پیالی پئیں۔ گیس ہونے کی صورت میں اس کی تھوڑی سی مقدار کھالیں۔

ٹشو پیپر میں اجوائن لپیٹ کر سونگھیں۔ نہ صرف شدید سرد درد بلکہ دردِ شقیقہ (migraine) بھی بھاگ جائے گا۔

اجوائن کو پیس کر دھوی میں ملائیں اور چہرے پر لگا کر دھوئے گئے لئے چھوڑ دیں اس کے بعد نیم گرم پانی سے چہرہ دھو لیں۔ اس سے دانوں کے نشان بھگے پڑ جاتے ہیں۔

وزن کم کرنے میں بھی اجوائن معاون ثابت ہوتی ہے۔ ذرا پیالی پانی میں تھوڑی سی اجوائن ڈال کر نہار منہ پینے سے جسم کی اضافی چربی تحلیل ہو جاتی ہے۔ روزانہ صبح ایک چائے کا چمچ اجوائن کھانے سے ایک ماہ میں 4 سے 5 کلو تک وزن میں کمی کی جاسکتی ہے۔

کالائزیرہ مارچو (asparagus) قیمتی دانے اور اجوائن ہم وزن ملائیں۔ روزانہ صبح نہار منہ اس آمیزے کا 2 چائے کا چمچ کھانے سے جوڑوں کا درد رفع ہو جاتا ہے۔

ایک پیالی پانی میں 3 کڑوی پتے 2 کشمش ایک پنکلی اجوائن اور ایک پنکلی چٹنی ڈال کر تھوڑی دیر تک پکائیں اور اسے چھان کر پی لیں۔ اگر بال سفید ہو رہے ہوں تو روزانہ یہ پانی پئیں اور پھر ارشد کیس۔

ذیابیطس کی شکایت کی صورت میں نیم کے پتے سائے میں نکھائیں۔ انہیں پیس کر ایک بوتل میں بھر لیں۔ ایک چائے کا چمچ نیم کا سٹوف ایک چائے کا چمچ دودھ ڈال چائے کا چمچ اجوائن اور 2 چائے کا چمچ پسا ہوا سفید زیرہ ملا کر روزانہ رات میں پانی کے ہمراہ کھالیں۔

اجوائن کا استعمال بطور دوا زمانہ قدیم بلکہ قبل از مسیح سے ہو رہا ہے۔ کون ہے جو اجوائن کی افادیت سے واقف نہیں۔ سیانی مائل بھورے رنگ اور تیز خوشبو کی مالک اجوائن کی 2 مشہور اقسام ہیں پہلی دیسی اور دوسری خراسانی۔ اجوائن کو عربی میں کون ملوکی فارسی میں حنم جنگ اور انگریزی میں کیروم سیڈز (carom seeds) کہتے ہیں۔ اجوائن جڑی بوٹیوں سے تعلق رکھنے والا سدا بہار پودا ہے جس میں سبز رنگ کے پھول نکلتے ہیں۔ ان میں چھوٹے چھوٹے بیج ہوتے ہیں جو بطور مصالحہ بھی استعمال ہوتے ہیں۔ جب یہ بیج پک کر خشک ہو جاتے ہیں تو انہیں بھاڑ کر لگ کر لیا جاتا ہے۔ ان بیجوں کو ہم اجوائن کے نام سے جانتے ہیں۔

کھانوں کو ذائقہ دار بنانے کے ساتھ ساتھ اجوائن کھانا ہضم کر کے بھوک بڑھاتی ہے۔ اس کا مسلسل استعمال فالج اور اعصابی طور پر کنٹرول مریضوں کے لئے انتہائی مفید ہے یہ جسم کے ذریعہ مادوں کو تحلیل کرتی ہے اور دل کو طاقت دیتی ہے۔

اگر چہرے اور ہاتھ پیروں میں سوجن آ جاتی ہو تو اجوائن کو شہد کے ہمراہ کھائیں۔ زکام کی صورت میں اجوائن کو گرم کر میں اور ہر ایک کپڑے میں باندھ کر سونگھیں۔ اس سے چھینکیں آتی ہیں جس سے زکام کا زور ہٹا کر جاتا ہے۔

اجوائن کے چند دانے چبا لینے سے آلتی فوراً رک جاتی ہے اور یہی چند دانے منہ کا خراب ذائقہ بھی ٹھیک کر دیتے ہیں۔

ایک جدید تحقیق کے مطابق اجوائن میں لیوٹینل (luteonil) نامی ایسا قدرتی مرکب پایا جاتا ہے جو بڑی عمر میں یادداشت کی کمزوری اور بھولنے کے مرض سے حفاظت میں بھی اہم کردار ادا کرتا ہے۔

ایک کھانے کے چمچ اجوائن میں ہم وزن سفید زیرہ اور ایک پنکلی اور کھانا پانے کا پاؤڈر ملا کر روزانہ استعمال کرنے سے تیزابیت سے جب کہ تھوڑی سی اجوائن پانی کے ہمراہ پینے سے جگر اور آنکھوں کے درد سے نجات ملتی ہے۔

بھوک نہ لگتی ہو اور پیٹ اکثر دیشتر خراب رہتا ہو تو 3 چائے کے چمچ اجوائن کو 2 چائے کے چمچ





/perfectairfreshener



# Perfect<sup>®</sup>

Freshener



**IMPRESSIVE  
FABULOUS  
ODORS  
IN A GREAT  
RANGE**

www.se.com.pk



# بیماریوں سے بچنے کے لئے لہسن کھائیں

زمانہ قدیم سے مستعمل لہسن کی افادیت اسے دنیا بھر میں مقبول بنا رہی ہے

لہسن گزشتہ پانچ ہزار سال سے مختلف امراض میں بطور دوا استعمال ہو رہا ہے۔ یہ دو قسم کا ہوتا ہے۔ چھوٹے جوتے والا لہسن عام استعمال ہوتا ہے جبکہ پیاز کی شکل کا پہاڑی لہسن جس میں پٹلیں نہیں ہوتیں کم ملتا ہے تاہم اس کے اثرات زیادہ تیز ہیں۔ لہسن کو عربی میں قوم فارسی میں سیرانگر، یونانی میں گارلک، روم اور پنجابی و سندھی میں قحوم کہتے ہیں۔ ایک معری و ستاوین کے حوالے سے 1550 سال قبل مسیح لہسن سے 22 امراض کی دوائیں تیار ہوئیں۔ روس کے ماہر علم طبوعات "پائون دی ایبلڈ رائٹ" نے اسے 66 قسم کے امراض کا علاج تحریر کیا ہے۔ امریکہ کے ڈاکٹر "جی لی جانک" اور "مارگریٹ جانسن" مینیج کا یونیورسٹی میں ریسرچ کیسٹ بھارت کے نیگوسیدھل کل کالج کے ڈاکٹر "آرون" کے علاوہ چین اور جاپان میں بیشتر ڈاکٹروں نے لہسن کو بیماریوں کا علاج دہندہ قرار دیا ہے۔ دنیا بھر کے طب کے بابا بقراط نے ذہنی ہزار سال قبل مسیح لہسن کو قہش کشا کہنے کیساتھ روزمرہ کی دوا قرار دیا تھا۔ پیغمبر اسلام محمد مصطفیٰ صلی اللہ علیہ وسلم نے جہاں بہت سے امراض کا علاج قرار دیا تھا وہاں بھجوں کے کاٹنے پر لہسن کا پانی استعمال کرنے کی ہدایت کی تھی۔

لہسن کی افادیت اسے دنیا بھر میں مقبول بنا رہی ہے۔ ایک جدید تحقیق کہتی ہے کہ لہسن کئی بیماریوں خصوصاً دل کے امراض سے بچاؤ میں ایک اہم کردار ادا کرتا ہے۔ امریکی سائنس دانوں کی تحقیق کے مطابق کچا لہسن اور اپنی اصل خوشبو کے ساتھ لہسن دل کے امراض کے لئے زیادہ فائدہ مند ہے۔ یونیورسٹی آف کنکٹی کٹ کے اسکول آف میڈیسن کے سائنس دانوں کو پہلی بار اس بارے میں خوش شواہد ملے ہیں کہ تازہ کچا لہسن خشک لہسن کی نسبت دل کے لئے زیادہ فائدہ مند ہوتا ہے۔ ماہرین کی ایک ٹیم نے یہ تجربہ چوبیسوں پر کیا۔ انہوں نے 30 دن تک چوبیسوں کو لہسن کھلایا۔ ان کی تحقیق سے یہ ظاہر ہوا کہ لہسن کے زیادہ تر فائدے اس کے اندر موجود غیر شکریدی مرکبات کی وجہ سے نہیں ہوتے جیسا کہ عام طور پر سمجھا جاتا ہے بلکہ ان مرکبات کے بجائے لہسن میں موجود بانئید و جن سلفائیڈ و وادھ کیائی جزو ہے جو لہسن کو کاٹنے یا کچلنے کے نتیجے میں بنتا ہے اور اصل دل کے لئے سب سے زیادہ فائدہ مند ہوتا ہے یہ جزو خون کی نالیوں کو کشادہ کرتا ہے۔ تحقیقاتی ٹیم کے ایک رکن وینک وائس کا کہنا ہے کہ خون کی نالیوں کے کشادہ ہونے سے ان میں دوران خون بہتر ہو جاتا ہے اور اس طرح دل کی کارکردگی میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ تاہم ان کا کہنا ہے کہ جب لہسن کو پکا لیا جاتا ہے تو اس میں بانئید ورجن سلفائیڈ پیدا نہیں ہو سکتا۔

اس کے علاوہ لہسن سے جن امراض میں فائدہ اٹھایا جاسکتا ہے ان کی فہرست طویل ہے جیسا کہ بال خوردی کی بیماری جس میں بھٹوں اور مونچھوں کے بال گر جاتے ہیں۔ لہسن نہیں کر سہرہ ملا کر لگائیں تو بال دوبارہ آگ آتے ہیں۔ لہسن بیماریوں سے بچاتا ہے خون کے دباؤ کو کم رکھتا ہے۔ منجہاں ایک دو کپا لہسن کھاتے رہنے سے دل کے امراض نہیں ہوتے لہسن کے استعمال سے سانس بھل جاتی ہیں اور فشار خون خود بخود کم ہو جاتا ہے۔ ہاضمہ خراب ہونے کی صورت میں لہسن کی چٹنی بنا کر کھائیں تو معدہ ٹھیک ہو جاتا ہے۔

لہسن میں سروی اور دانی نزلہ و زکام دمنہ کھانسی امراض شخص آنتوں کی بیماریاں امراض جلدی جلد فشار خون فاقہ لغو دھڑنسیان بھیراپن سلطان ذیابیطس درد سر آواز دھنسا مری کی آپ وق اور بڑھے ہوئے کو لیسٹر دل جیسے بے شمار امراض کو ٹھیک کرنے کی صلاحیت موجود ہے۔



WITH  
**200 ML PACK**



RED COMMUNICATION ARTS

**Tops Food & Beverages**

3- National Park Road, Rawalpindi, Pakistan. E-mail: [tops@comsats.net.pk](mailto:tops@comsats.net.pk)



# Just Chill



**TOPS**

(An ISO 9001 & HACCP  
Certified Company)







FORVIL COSMETICS

# BIO-AMLA

Shampoo

Pakistan's Largest Selling Herbal Shampoo

*kion-kay hai  
ballon  
ka ma'mla!*

پاکستان کا ہر گھر۔۔۔ کرنے لےجے بالوں پہ فخر

آپ کے بالوں کی خوبصورتی کا رشتہ ہے قدرت سے اور قدرت کی طاقت کو سمیٹ رکھا ہے  
ہائیو ہر ہزنے صرف ایک بوتل میں۔

جس سے بنے بال لمبے، گتھنے اور چمکدار سیاہ

کیونکہ ہم جانتے ہیں کہ پاکستان کے ہر گھر میں لمبے بال پسند کیے جاتے ہیں۔



<http://www.forvilcosmetics.com>  
Bio Help Line 0800 00028



# مصالحہ ٹپس

ہاتھ کیوں اور پھٹی کے آمیزے کو چہرے پر ملیں۔ ہاتھ یا منہ پر ملنے والے سے چہرے کے داغ نہ بچے، جھانپناں اور دانے صاف ہو جائیں گے۔

ہاتھ جسم میں حیاتیں اور معدنیات کی ضرورت کو پورا کرنے کا سب سے بہترین اور اولین ذریعہ اٹھ سے ہیں۔ انہیں اہل کرکھا گئیں یا حل کر پی جسم کی معدنیات اور حیاتیں کی کمی کو پورا کرتا ہے۔

ہاتھ دھو کر بہت کھٹی ہوئی ہے تو اسے ضائع کرنے کے بجائے اس میں چاندی کے زیور بٹکھو دیں اور تھوڑی دیر بعد دھو لیں، زیور بالکل چمک اٹھیں گے۔

ہاتھ تالین پر اگر چائے گر جائے تو اس جگہ فوراً اپنا ہوا نمک چھڑک دیں، خشک ہونے پر تیل کپڑے سے صاف کر لیں، چائے کا دھبہ مٹا سب ہو جائے گا۔

ہاتھ پڑے کی اشیاء کو چمکانے کے لئے نرم کپڑے کو لیوں کے رس میں ڈبو کر ان اشیاء پر رگڑیں، پڑے کی اشیاء چمک اٹھیں گی۔

ہاتھ ایسی ٹرسے میں تھوڑا سا بیکنگ پاؤڈر ڈال دیں، اسکرٹ کی ٹوٹاپ کے علاوہ دوسروں تک نہیں پہنچے گی۔

ہاتھ کا ناپکانے کے دوران بیاض لال کرنے میں کافی وقت درکار ہوتا ہے، تاہم اگر بیاض کو تیل کے دوران اس میں چٹکی بھر تک ڈال دیں تو بیاض فوراً لال ہو جائے گی۔

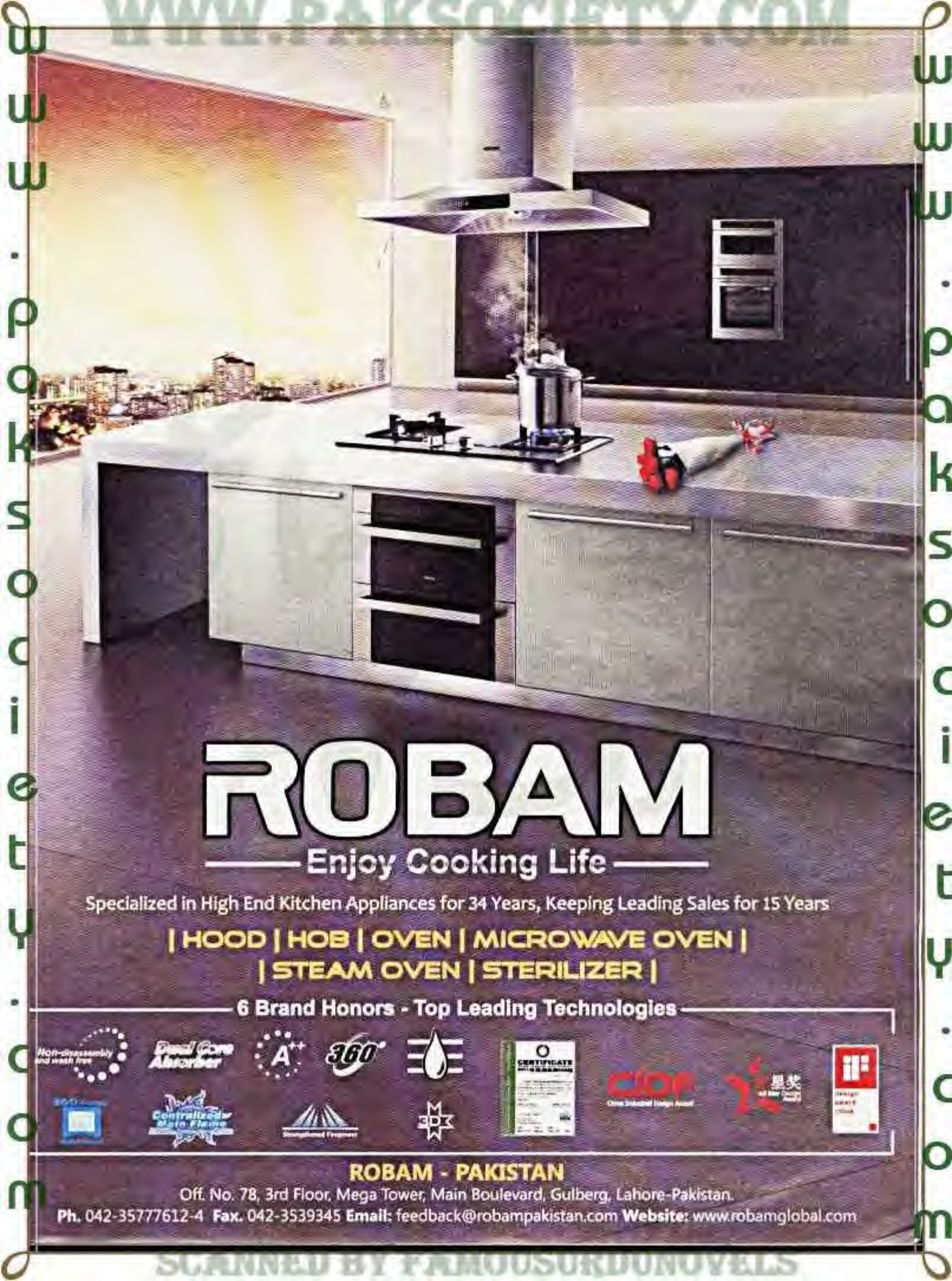
ہاتھ اگر اپنے عام توہے کو تان اسٹک توہے میں بدلنا ہے تو آلو یا بیاض کے ایک ٹکڑے کو پیلے پتلے گرم تیل میں بھگو لیں، پھر اس میں نمک اور سرسوں کا تیل لگا کر توہے پر اچھی طرح سے رگڑیں۔ آپ کا تان اسٹک تو اتیار ہے۔

ہاتھ اگر دانت صاف نہیں ہیں تو پریشان ہونے کی ضرورت نہیں ہے۔ نمک اور شہد ملا کر اس سے دانت صاف کریں، دانت چمک اٹھیں گے۔ اس کے علاوہ اگر کھانا کھانے کے بعد کوئی پھل کھا لیا جائے تو دانتوں پر میل نہیں جمتی۔ لیوں اور نمک کے آمیزے سے دانت برش کرنے سے بھی پتلے دانت سفید ہو جاتے ہیں۔

ہاتھ دھوپ میں ٹھننے سے مٹی جانے والی رنگت کو درست کرنے کے لئے مسلا ہوا چیتا اور شوکھا ہوا دودھ ملا کر آمیزہ بنا لیں، چہرے کو پانی سے اچھی طرح سے دھو کر خشک کریں اور یہ آمیزہ چہرے اور گردن پر لگائیں۔

ہاتھ چہرے پر دالے اٹھیں تو کالی سرچوں کو تمس کر چہرے پر لگائیں۔ چند ہی دنوں میں دانے صاف ہو جائیں گے۔





# ROBAM

— Enjoy Cooking Life —

Specialized in High End Kitchen Appliances for 34 Years, Keeping Leading Sales for 15 Years

| HOOD | HOB | OVEN | MICROWAVE OVEN |  
| STEAM OVEN | STERILIZER |

6 Brand Honors - Top Leading Technologies



Fast Cook Absorber



360°



CIOF China Industrial Design Award

星奖 All Star Quality Award



Centralized Main Flame



**ROBAM - PAKISTAN**

Off. No. 78, 3rd Floor, Mega Tower, Main Boulevard, Gulberg, Lahore-Pakistan.

Ph. 042-35777612-4 Fax. 042-3539345 Email: [feedback@robampakistan.com](mailto:feedback@robampakistan.com) Website: [www.robamglobal.com](http://www.robamglobal.com)





# ٹوٹکے

## ٹیل پالش کے داغ دور کرنے کے لئے

اگر کسی کپڑے پر ٹیل پالش کا داغ لگ جائے تو اسے پہلے ٹیل پالش ریمر سے مٹائیں۔ اسی جگہ پر تھوڑا سا الکا کر تھوڑی دیر رکھ دیں پھر صاف پانی سے دھو لیں۔



## سر میں درد کے لئے

چائے کے ٹھنڈے قہوے میں لیموں کا رس ملا کر اسے پیچے کے ماتھے، گلے اور کانوں پر لگا سنا لگائیں اس سے سر میں درد نہیں ہوگا۔

## ٹوکے ہونٹ تروتازہ بنانے کے لئے

اگر ہونٹ زیادہ ٹوکے ہوں تو بالائی 'عرق کلاب' اور گلیسرین ہم وزن لے کر انہیں رات کو سوتے وقت لگائیں۔ جلد ہی ہونٹ تروتازہ ہو جائیں گے۔



## مٹی کی بانڈی مضبوط بنانے کے لئے

مٹی کی بانڈی پر بغیر دھوئے اندر باہر سرسوں کا تیل لگا کر پورا دن کے لئے دھوپ میں رکھ دیں۔ دوسرے دن اسے دھو کر استعمال کریں بانڈی مضبوط ہو جائے گی۔

## ناخن کھانے کی عادت چھڑانے کے لئے

بعض لوگ ہڈی دباؤ کا شکار ہو کر ناخن کھاتے کے عادی ہو جاتے ہیں۔ اس عادت کو چھڑانے کے لئے ناخنوں پر نیم کا عرق لگائیں۔ اب جب بھی آپ ہاتھ مت میں لے جائیں گے تو کڑواہٹ محسوس کر کے ہاتھ ہٹالیں گے۔ چند ہی دنوں میں ناخن چپانے کی عادت ختم ہو جائے گی۔



## مڑھنڈ کرنے کے لئے

زیادہ تعداد میں مڑھنڈ کرنے کے لئے انہیں چھیلیں۔ ایک دھبے میں پانی اُبالیں اس میں ایک کھانے کا چمچ سفید سرکہ اور ایک کھانے کا چمچ چینی ڈالیں اور فوراً ہی مڑھنڈ لیں۔ انہیں ایتھرائٹ قھیلیوں میں بھر کر رکھیں اور سال بھر مزے سے پکائیں۔

## دانت آرام سے نکالنے کے لئے

تو سے کواچھی طرح سے دھو کر چوبے پر رکھیں نہاگے کا ایک ٹکڑا اس پر رکھیں تو ایسے ہی گرم ہوگا نہاگہ جل جائے گا پھر ہاتھ کر دیں۔ 3 کھانے کے چمچے شہد لیں اس میں لکڑی کی تیل کی مدد سے نہاگے کا ٹکڑا ڈال دیں۔ دن میں 3 سے 4 مرتبہ انگلی کی مدد سے پیچے کے مسوڑھوں پر لگائیں۔ اس سے پیچے آسانی سے دانت نکالیں گے اور موٹے بھی ہوں گے۔



Happilac  
PAINTS



کیونکہ خوشیوں کے رنگ دیواروں کے رنگ سے زیادہ قیمتی ہوتے ہیں



COLORS OF HAPPINESS



[www.happilacpaints.com](http://www.happilacpaints.com)



[www.facebook.com/happilacpaints](https://www.facebook.com/happilacpaints)





ابریہو ہمیشہ

صحت مند!

100 فیصد خالص اور قدرتی

کسان



کارن آئل

کولیسٹرول سے پاک



www.kisan.com.pk  
info@kisan.com.pk

کسان ایتنا خالص جتنا پیار





## OLIVES & OLIVE OIL



Cooking

Health

Life

*It's good all the way*

کیونکہ اینٹوں سے پیارا ہے







**SALE BIG SALE BIG SALE BIG SALE BIG SALE BIG SALE**

**SONEX**

Life is more *Precious*  
than price

die cast non stick ceramic coating



**Splendor Mini**

8 pos Kitchen Set

Discounted Price:  
**4250/- & Get**

**Marvel**  
hot plate  
24cm Free  
worth Rs:  
**620/-**

Pot-1 (3Ltr)  
Pot-2 (5Ltr)  
S. Pan (2Ltr)  
Fry Pan (2Ltr)  
H. Plate (2Ltr)



**Omega Falcon**

9 pos Kitchen Set

Discounted Price:  
**4299/- & Get**

**Marvel**  
hot plate  
24cm Free  
worth Rs:  
**620/-**

Pot-2 (5Ltr)  
Pot-3 (7Ltr)  
Fry Pan (2Ltr)  
Vok (6Ltr)



**Splendor**

11 pos Kitchen Set

Discounted Price:  
**7200/- & Get**

**Marvel**  
hot plate  
30cm Free  
worth Rs:  
**850/-**

Pot-1 (3Ltr)  
Pot-2 (5Ltr)  
Pot-3 (7Ltr)  
Vok (6Ltr)  
S. Pan (2Ltr)  
Fry Pan (2Ltr)



**Omega**

11 pos Kitchen Set

Discounted Price:  
**6150/- & Get**

**Marvel**  
hot plate  
30cm Free  
worth Rs:  
**850/-**

Pot-1 (3Ltr)  
Pot-2 (5Ltr)  
Pot-3 (7Ltr)  
Vok (6Ltr)  
S. Pan (2Ltr)  
Fry Pan (2Ltr)



**Discover the taste of...  
Tradition**



**Pulses**



**Chkki Atta**



**Rice**



**Spices**



**Sugar**



**Dry Fruits**

Bahadurabad | Awami Markaz | Nazimabad | DHA

Find us on: [www.facebook.com/imtiazsupermarket](http://www.facebook.com/imtiazsupermarket) or Call at 111-imtiaz (468-429)





## زندگی کودیں زیتون کی طاقت

صرف CANOLIVE دیتا ہے کنولا اور سن فلاور آئل کے لذیذ مکس میں زیتون کے تیل کے فوائد۔  
 پیلن سے امپورٹ کئے گئے زیتون کے صحت بخش اینٹی آکسیڈینٹ کے ساتھ CANOLIVE دیتا ہے  
 صحت اور بچت، بغیر ذائقے پر بھروسہ کئے۔

تو اب اپنا بچہ سمارٹ چوائس اور اپنی زندگی کو دیکھئے زیتون کی طاقت۔



GENOSA ID, S.A.  
 Parque Tecnológico de Andalucía  
 29590 Carpenillax, Málaga, SPAIN



Punjab Oil Mills Limited  
 An ISO 9001 & FSAC 22000 CERTIFIED COMPANY



Pakistan Standards  
 PS: 3856 - 2012 (P)  
 CEN/TS - 2270 / 2006 (P)



# CANOLIVE®

Premium Cooking Oil

## Be Smart!



- ✓ Low saturated fats and 100% cholesterol free - Improved heart health
- ✓ Vitamins A, D & E - Stronger bones, better vision and healthier skin
- ✓ With  $\Omega 3$  &  $\Omega 6$  - Improved heart health and stronger immune system
- ✓ Olive Guard Action - Improved health and protection from heart disease and other ailments
- ✓ Recommended by Pakistan National Heart Association - Doctor's choice



**PANAH**

Recommended by  
Pakistan National Heart Association

"CanOlive significantly reduces the risk of cardio-vascular diseases!"



# سُوفی سَوپ

وہ صفائی کر دکھائے  
جو کوئی اور نہ کر پائے

صوفی سوپ تمام پاؤڈروں اور صابنوں سے بہتر





# Blending Healthy Taste

for milkshakes, food drinks & cocktails



## True Compact

The **KENWOOD** blenders bring together a new stylish, compact, space saving design, versatile attachments, and high performance making it an excellent addition to the growing range of new blenders.

[www.rni.com.pk](http://www.rni.com.pk)

UAN: (021) 111-764-764

Join **KENWOOD, PAKISTAN**



2



BL380

BL480



# KENWOOD

CREATE MORE



**FOTILE**



**LAHORE**

042-36308811  
042-36316119  
UAN 042-111-13-15-17

**ISLAMABAD**

051-5709215  
051-5709216  
051-2804161

**KARACHI**

021-35872255  
021-35872266  
UAN 021-111-13-15-17



# پاک سوسائٹی ڈاٹ کام کی پیشکش

## یہ شمارہ پاک سوسائٹی ڈاٹ کام نے پیش کیا ہے

### ہم خاص کیوں لکھیں :-

- ✧ ہائی کوالٹی پی ڈی ایف فائلز
- ✧ ہر ای بُک آن لائن پڑھنے کی سہولت
- ✧ ماہانہ ڈائجسٹ کی تین مختلف سائزوں میں اپلوڈنگ
- ✧ ہر ای بُک کا ڈائریکٹ اور رٹریوم ایبل لنک
- ✧ ڈاؤنلوڈنگ سے پہلے ای بُک کا پرنٹ پریویو
- ✧ ہر پوسٹ کے ساتھ پہلے سے موجود مواد کی چیکنگ اور اچھے پرنٹ کے ساتھ تبدیلی
- ✧ مشہور مصنفین کی کتب کی مکمل ریج
- ✧ ہر کتاب کا الگ سیکشن
- ✧ ویب سائٹ کی آسان براؤزنگ
- ✧ سائٹ پر کوئی بھی لنک ڈیڈ نہیں
- ✧ سیریم کوالٹی، نارمل کوالٹی، کمپریسڈ کوالٹی
- ✧ عمران سیریز از مظہر کلیم اور ابن صفی کی مکمل ریج
- ✧ ایڈفری لنکس، لنکس کو میسج کمانے کے لئے شرنک نہیں کیا جاتا

**We Are Anti Waiting WebSite**

واحد ویب سائٹ جہاں ہر کتاب ٹورنٹ سے بھی ڈاؤنلوڈ کی جاسکتی ہے

➡ ڈاؤنلوڈنگ کے بعد پوسٹ پر تبصرہ ضرور کریں

➡ ڈاؤنلوڈنگ کے لئے کہیں اور جانے کی ضرورت نہیں ہماری سائٹ پر آئیں اور ایک کلک سے کتاب ڈاؤنلوڈ کریں

اپنے دوست احباب کو ویب سائٹ کا لنک دیکر متعارف کرائیں

# WWW.PAKSOCIETY.COM

Online Library For Pakistan



Like us on  
Facebook

[fb.com/paksociety](http://fb.com/paksociety)



[twitter.com/paksociety1](http://twitter.com/paksociety1)



# کھانا لائٹ، تو زندگی ہر لائٹ

پیش ہے

دالدا سُن ف ا و ر ا ن ل

Lo-Absorb Technology کے ساتھ



PH: 1564 201071